

Kojaline

Nr 3 2010

TPIK nägu

Tiiu Hermat- ökonomistist pastor

Arvamus

Margit Sutrop: Kodanikuharidusest ja väärtuskasvatusest

Puudega laps ja pere

Väljakutse: ühildada töötamist ja puudega lapse kasvatamist

Tallinna Puuetega Inimeste Koja häälekandja. Ilmub 2 korda aastas.

Arvamus

Margit Sutrop: Kodanikuharidusest ja väärtuskasvatusest 3

Invapoliitika

Puuetega tallinlaste kodust toimetulekut käsitlev sotsiaaluuring 7

Eesti Laste ja Noorte Diabeedi Ühingu uuring: Diabeedihaigetele lastele ei piisa riigi
kompenseeritavatest ravitarvikutest 12

Puudega laps ja pere

Väljakutse: ühildada töötamist ja puudega lapse kasvatamist 16

Sotsiaalteenus

Invataksõ või ühistransport- mis on kindlam valik puudega inimesele? 19

Tegija

Jürgen Mets- universaalse disaini eestkõneleja 21

Vabatahtlik töö

Vabatahtlik tegevus puuetega inimeste valdkonnas 24

Avastades iseennast vabatahtlikuna Eestis 26

Kunst

Puuetega inimeste loomingulise avardumise kursus 28

TPIK projekt

Venekeelne teavitustöö puuetega inimestele 30

Tallinna puuetega inimeste organisatsioonide suutlikkuse tõstmine invapoliitika
kujundamisel 31

Puuetega inimeste arvutiõpe ja internetipunkt 32

Töötisja tööriistakast- abiks puudega inimesele ja puudega lapse vanemale 33

TPIK nägu

Tiiu Hermat- ökonomistist pastor 35

TPIK liikmesühing

Merimetsa Tugikeskus 37

Kojaline on Tallinna Puuetega Inimeste Koja infoleht,
mille ilmumist toetab Euroopa Sotsiaalfond

Tallinna Puuetega Inimeste Koda

Endla 59, 10615 Tallinn Telefon: 656 4048

e-post: koda@tallinnakoda.ee

<http://www.tallinnakoda.ee>



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



Tallinna Puuetega Inimeste Koda
Tallinn City's Board of Disabled People

Elektronilisel kujul leiad infolehe aadressilt:

<http://www.tallinnakoda.ee> Paberkanalil

leiad infolehe kindlasti Tallinna Puuetega
Inimeste Tegevuskeskusest (Endla 59), oma
linnaosa sotsiaalhoolekande osakonnast ja
Tallinna Linnavalitsuse teenindussaalist.

Margit Sutrop:

KODANIKUHARIDUSEST JA VÄÄRTUSKASVATUSEST

On väga oluline, et inimesed hakkaksid uskuma, et igapäheest sõltub see, millises Eestis me elame, ja et riigi eduka toimimise aluseks on sobivad väärtushoiakud ja väärtused, kirjutab filosoof Margit Sutrop.

Äsja ilmunud Eesti inimarengu aruanne 2009 annab meile võimaluse kaardistada, kuhu me Eesti ühiskonna arenguga oleme jõudnud. Ent hinnangu andmine sõltub mõõdupuust. Nii on loomulik, et ühele tundub areng liiga aeglane, teisele jälle igati piisav, kolmandale lausa tormiline.


Lubage, et alustan päris isikliku tagasivaatega oma elule kaksikümmend aastat tagasi. 1990-ndate algul olin Tartu ülikooli aspirant ja kahe väikese lapse ema. Tööl puutusin kokku ühe defitsiidiga: väga raske oli kätte saada tööks vajalikku kirjandust. Enamikku lääne filosoofilist kirjandust telliti kogu Nõukogude Liidus vaid kaks eksemplari, mida hoiti Moskva ja Leningradi raamatukogude erifondides, mille külastamiseks oli vaja luba. Nii tuli tööks vajaliku kirjanduse lugemiseks sõita Venemaale. Tookord omandasin peale kiirlugemise ka kiirkirjutamise oskuse. Koopiamasinad olid küll olemas, aga korraga oli lubatud teha vaid paarkümmend lehekülge koopiaid. Koopiamasinaid hoiti trellitatud uste taga ja lugejaid nende juurde ei lastud. Oma koopiatellimus tuli esitada läbi luugi, mille ette tekkis juba koidu ajal pikk järjekord.

Olud kujundavad iseloomu

Noore emana seisin silmitsi teistsuguse defitsiidi-probleemiga. Poeletid haigutasid tühjusest. Mäletan, kui sõbranna tuli joostes, et kuskil linna peal müüakse Detolakti – imiku piimasegu. See päästis ise tummi keetmisest. Saada polnud ei toiduaineid, riideid ega hügieenitarbeid. Rootsi sõbrad tulid laulukooriga külla ja töid hambapastat. Eesti naisüliõpilaste seltsi väliskoondised saatsid lastega peredele ja pensionäridele jahu, mida seltsis jagati viiekilostes kottides. Teise lapse sünni registreerimisel anti – nagu kõigile teistele värsketele tartlastest emadele – sünnitunnistusega koos uhke Tartu kodaniku medal ja mitu rulli talonge. Eriti vedas neil, kelle laps sündis aasta teises pooles, sest värsked ilmakodaniku eest anti makaroni-, suhkru- ja viinatalonge ikka kogu aasta kohta!

1990-ndate alguses pääsesin välismaale õppima. Oxfordis istusin terved päevad raamatukogus ja valisin, mis raamatuid võiks kunagi elus vaja minna. Eestisse tagasi tulles tõin kaasa 70 kg raamatuid ja koopiaid – tookord ei teadnud, kas veel kord välismaale pääsen. Norras olin hämmastunud, kui nägin, kuidas lapsed pakitakse vihmasest ilmast hoolimata vahvatesse värvilistesse kummiülikondadesse ja viiakse metsa matkama. Kõige imelikum oli aga see, et kõik inimesed olid nii sõbralikud ja hoolivad.

Miks ma olmelistest raskustest nii palju räägin? Ühelt poolt selleks, et meelde tuletada, millistes tingimustes me elasime (mitte sõja, vaid rahu ajal!) ja kuidas meie elu on tänaseks muutunud. Teiseks aga seepärast, et ma usun, et olud kujundavad ka inimeste iseloomu.



Nüüdseks on meie olukord tundmatuseni muutunud. Avatud Eesti ühiskonnas on informatsioon kõigile kättesaadav. Koopiamasinat kasutuselevõtt on demokraatiat oluliselt edendanud. Materiaalne heaolu on tohutult kasvanud. Samuti ka inimeste soov riigiasjades kaasa rääkida. Samal ajal ei ole meil ikka veel õnnestunud luua toimivat kodanikuühiskonda.

Hollandlastele olevat ühistegevus ja osalusdemokraatia sama loomulik kui piima joomine. See olevat ajalooliselt tingitud. Kui kanalites vesi tõusis, siis pidid naabrid koostööd tegema, muidu oli kõigi eksistents ohus. Tänapäeval olevat parem, kui riik jätab paljud asjad inimeste enda otsustada, sest liigne seadusandlik reguleerimine võivad pigem inimeste tegutsemisvalmidust pärssida.

Ka eesti rahvuse ja riigi kujunemisel on kodanikualgatusel ja koostööl olnud otsustav osa. 19. sajandil alanud seltsiliikumine viis lõpuks Eesti riikluse rajamiseni. Ka praeguses Eestis tegutseb sadu vabaühendusi, mis koondavad aktiivseid kodanikke. Ent võrdlused teiste maadega näitavad siiski, et meie inimeste osalus vabatahtlikus tegevuses on suhteliselt tagasihoidlik. Ajakirja The Economist koostatava demokraatia indeksi järgi oli Eesti 2008. aastal riikide arvestuses 37. kohal (olles võrreldes 2006. aastaga langenud neli kohta allapoole). Meie taset kisub alla just poliitilise osaluse madal tase, samal ajal kui isikuvabaduste tagamise ja demokraatlike valimistega on kõik hästi.

Eesti demokraatias esinevat mahajäämust saab vähemalt osalt seletada Nõukogude okupatsioonija järelmõjuga. Iseseisvas Eestis oleme kiiresti vahetanud vanad aknad pakettakende ja vanad autod uute vastu, ent inimesi ei saa välja vahetada. Ka uut põlvkonda kasvatavad ikka needsamad eelmise ühiskonna kujundatud inimesed, andes edasi oma hoiakuid. Kõige raskem on taastada inimeste osalustahe ja usalduslikud suhted ühiskonnas, mille okupatsiooniaeg täielikult segi pööras.

Inimarengu aruanne 2009 pakub põnevat mõtlemisainet Eesti ühiskonna väärtushinnangute muutumise kohta. Andrus Saar on võrrelnud 1990., 1999. ja 2008. aasta väärtusuuringute tulemusi ja leidnud, et Eesti elanikkonna väärtushinnangute hierarhias on toimetulekuväärtused hakanud asenduma enese väljendamisega seotud väärtustega. See näitab, et ühiskonnas suureneb nende inimeste hulk, kes on saavutanud majandusliku ja füüsilise kindlustunde ja saavad nüüd panna suuremat rõhku elu kvaliteedile ja eneseväljendusele.

Eesti ühiskonna elujõudu ohustab moraalinormide sage eiramine, ühiskonna vähene sidusus, individualistliku tarbijamentaliteedi ja hedonistliku elulaadi pealetung, hoolimatu suhtumine tervisesse ja keskkonda, inimelu vähene austamine, stabiilse perekonna asendumine ajutise kooseluga, madal iive, vägivalja levik, väike kodanikuaktiivsus, muulaste nõrk integreeritus Eesti ühiskonda ja mitu muud tegurit.

On vaieldav, kui palju on selles riigi tegematajätmissi ja kui palju inimeste väärtushinnangute mõju. Nimelt on palju kohti, kuhu riigi käsi ei ulatu ja kus ühiskonna areng sõltub inimese enda suhtumisest. Toon vaid mõne näite.

Hea arstiabi ei taga head tervist ja pikka eluiga, kui inimesed ise endast ei hooli: suitsetavad, jooivad, toituvad ebatervislikult, liiguvad vähe. Riik saab korraldada, et inimestele antaks terviseteadmised ja loodaks võimalus tervislikke eluviise harrastada (spordiväljakud, tervisespordirajad, tervislik toit saadaval mõistliku hinnaga), aga lõpuks sõltub kõik inimese enda hoiakust, mille kujundamisel on suur osa eeskujudel ja keskkonnal, kus tegutsetakse.

Riik ei saa kuigi palju teha selleks, et meil sünniks rohkem lapsi. Ta saab pakkuda vanematele õiguslikku kaitset, maksusoodustusi ja toetusi, soodustada osakoormusega töötamist ning vanemakohustuste jagamist ema ja isa vahel, aga see kõik ei pruugi olla piisav, et kallutada noori lapsi saama. Lõpuks sõltub inimeste soov lapsi saada nende väärtushinnangutest ja omavahelistest suhetest. Peale armastuse on väga tähtis usaldus, solidaarsus kohustuste jagamisel, kindlustunne, turvalisus, vastutustunne. Naised ütlevad, et nende otsust mõjutab kõige enam see, kas nad usuvad, et potentsiaalne isa on valmis kandma vanema vastutust. Ühtlasi on väga tähtis ka see, kuidas suhtuvad lastesse ümbritsevad inimesed (tööandja, naabrid, sõbrad ja tuttavad) ja kuivõrd oluliseks peetakse laste ja lastevanemate vajadusi. Näiteks kas lapsevankriga on võimalik ühissõidukisse siseneda. Skandinaavias on loomulik, et rongi trepp tuleb peatuses välja ja on perrooniga samal tasemel.

On väga oluline, et inimesed hakkaksid uskuma, et igaühest sõltub see, millises Eestis me elame, ja et Eesti riigi eduka toimimise aluseks on sobivad väärtushoiakud ja vourused.

Vooruslikud kodanikud

Paljud liberalismi klassikud on arvanud, et liberaalne demokraatia funktsioneerib hästi ka ilma vooruslike kodaniketa. Loodeti, et riigi toimimiseks piisab, kui on loodud usaldusväärsed ja hästi toimivad institutsioonid. Nüüdseks on siiski selgunud, et ka liberaalne riik vajab vooruslikke kodanikke, kel oleksid positiivsed väärtushoiakud ja kes oleksid orienteeritud ühishuvi edendamisele. Cairns ja Williams on öelnud, et seda, mida riik kodanikelt vajab, ei saa tagada jõuga, vaid ainult koostöö ja inimeste valmisolekuga teatud viisil toimida, sh enda omahuvi piirata.

Tuntud poliitikafilosoof Will Kymlicka on toonud esile neli vourust, mida liberaalne demokraatia oma kodanikelt eeldab: pühendumus ühiskonna heaolule, õiglustunne, kodanikumeelsus ja sallivus ning solidaarsus ja lojaalsus.

Ühiskonna heaolule pühendumisel on kolm poolt. Esiteks eeldab see kriitilist mõtlemist. Kuna esindusdemokraatias valitakse esindajad teatud ajaks, oodatakse kodanikelt oskust ja valmisolekut võimu teostamist kriitiliselt hinnata. Teiseks eeldab see oskust osaleda ühises arutelus poliitika üle. Kodanikel peab peale poliitikas osalemise soovi olema ka võime edastada oma vaateid tasakaalukalt, mitte manipuleerides ega jõuga peale surudes. Oma poliitilisi nõudmisi ei tule mitte lihtsalt väljendada, vaid neid tuleb ka osata põhjendada, mitte lihtsalt eelistusi teatavaks teha ja ähvardada. Need põhjendused peavad olema üldkehtivad ja avalikud. Õiglustunne tähendab võimet austada teiste õigusi ja oma tahteavaldusi selle võrra tagasi hoida. Õiglusprintsii nõuab, et igaühel peab olema võimalik saada aktiivseks kodanikuks. Tuleb kõrvaldada kõik majanduslikud ja ühiskondlikud takistused, mis võivad seda takistada. Aktiivne õiglusprintsii rakendamine ei tähenda lihtsalt seda, et kedagi ei diskrimineerita ega takistata, vaid et me takistame ebaõiglust üldse ja astume välja nende institutsioonide muutmise poolt, mis loovad ebaõiglust. Mitte teha midagi ebaõigluse vastu lootes, et küll teised teevad, tähendab mitte täita oma poliitilist kohust.

Kuidas kohtleme võõraid

Kodanikumeelsus viitab viisile, kuidas me kohtleme inimesi, kellega meil pole lähisuhteid. Seadused võivad keelata soolise, rahvusliku, rassilise diskrimineerimise või nõuda võrdset kohtlemist, ent kui inimesed on ikkagi sallimatud, leiavad nad võimaluse teisi ebavõrdselt kohelda. Oluline on, kuidas koheldakse inimesi mitte ainult tööl, vaid ka huviringides, klubides, ühistutes. Kõigil peab olema võrdne võimalus ühistegevuses osaleda.

Solidaarsus ja lojaalsus toob esile ühise identiteedi kujundamise vajaduse. Siin on küsimus selles, kas peame selle ühise identiteedi all silmas kultuurilist mälu või jagatud poliitilisi põhimõtteid.

Väärtushoiakute muutmiseks peaksime panustama uue põlvkonna kasvatamisse. Niisiis pöörduvad pilgud kooli poole. Mida tähendab kodanikuharidus tänapäeva demokraatlikus ühiskonnas? Mis laadi teadmisi, oskusi ja hoiakuid eeldatakse? Kummale tuleks panna põhirõhk, kas lojaalsuse või autonoomia kasvatamisele? Kas vastutustundlike kodanike kasvatamine eeldab individuaalse autonoomia kasvatamist või ühise identiteedi kujundamist? Kas oluline on edendada kriitilist mõtlemist või edastada ühiseväärtusi?

Koolihariduse peamine eesmärk on valmistada uut põlvkonda ette kodanikukohustuste täitmiseks. Kodanikuharidus ei seisne selles, et õpitakse ära faktid selle kohta, mis on ühiskonna institutsioonid ja poliitilise elu protseduurid, vaid et omandatakse terve hulk dispositsioone ja vourusi, mida läheb vaja demokraatlike kodanikukohuste täitmiseks. Lapsed omandavad neid vourusi mitte üksnes või isegi mitte tingimata kodanikuõpetuse tunnis, vaid kogu hariduskorralduse kaudu. Tähtis on, kuidas neid õpetatakse – mis aineid, mis meetoditega, milline on koolikeskkond ja koolis valitsevad suhted. Seetõttu pole kodanikuharidus mitte isoleeritud õppeaine, vaid üks õppekava läbiv printsiip. Vourused kujunevad harjutamise kaudu, õpetas Aristoteles. Kooli kontekstis tähendab see, et õpilase arusaam demokraatiast ei kujune niivõrd kodanikuõpetuse tunnis, kus ta saab teada, mis on demokraatia, kui võrd tänu võimalusele iseotsustamist praktiseerida. Tähtis on saada arutleva demokraatia kogemus – kujundada oma arvamus, seda väljendada, osaleda arutluses ja otsustamises. Õpilane peab kogema, et kui ta oma arvamust väljendab, siis teda kuulatakse ja seda arvamust arvestatakse ning tal on võimalik asjade käiku mõjutada. Ühtlasi on selge, et kodanikukasvatusega ei tegele üksnes kool, vaid suur mõju on kodul ning organisatsioonides, huviringides ja koolivälises tegevuses osalemisel.

Artikkel on ilmunud 20.04.2010 Eesti Päevalehe lisas Mõte.

PUUETEGA TALLINLASTE KODUST TOIMETULEKUT KÄSITLEV SOTSIAALUURING

2009.a. teises pooles läbi viidud uuringu eesmärgiks oli selgitada välja Tallinna erivajadustega inimeste olulisemad probleemid ja takistused igapäevatoimingute tegemisel. Uuringu kava oli koostatud selliselt, et tulemusi kasutades oleks Tallinna linnavalitsuse spetsialistidel võimalik välja töötada pikemaajaline tegevuskava ilmnunud probleemide lahendamiseks ja puuetega inimeste igapäevaelu takistavate asjaolude kõrvaldamiseks.

Uuringu korraldus

Uuring viidi läbi kahes osas- a) Kvantitatiivuuring (814 puudega tööealise (15-65.a.) tallinlase küsitlus, rõhuasetusega elutingimuste ja koduse toimetuleku hindamisele ja teenuste vajaduse ja kasutamise uurimisele). b) Kvalitatiivuuring fookusgrupi - (3 intervjuud) ja individuaalintervjuude (4 intervjuud), keskendudes puuetega inimestele teenuste osutamise korralduslikele küsimustele.

Puuetega inimeste arv

Tallinnas oli 2008.a. 20577 puudega inimest, 5,2% linnaelanike arvust. Võrreldes Eesti keskmisega (8,6%) on puudega inimeste osa pealinnas väiksem, kuid 2005-2008.a. andmed näitavad antud grupi püsivat kasvu (keskmine kasv 1 tuhat inimest aastas).

Küsitletute sotsiaaldemograafiline kirjeldus

Küsitletute keskmine vanus oli 46,5 aastat. Abielus ja vabaabielus ning partnerita elavate inimeste proportsiooni poolest täiskasvanud rahvastiku hulgas erinevad puudega tallinlased märgatavalt üldkogumist. 2000.a. elas 48,8% tallinlastest koos partneriga ja 51,2% partnerita, puudega isikutest oli 2009.a. partneriga elavaid 39,1% ja partnerita vastavalt 60,9%. Kuigi puuetega inimesed elavad keskmisest sagedamini koos teiste lähedaste inimestega (vanemad, õed-vennad, lapsed jne), on neil märgatavalt vähem eakaaslastest lähedasi- abikaasasid. Samas toonitasid grupiintervjuudes osalenud spetsialistid, et üksinda elavad puudega inimesed saavad tavaeluga paremini hakkama, on aktiivsemad ja ettevõtlikumad. Samas võib üksindus pikemas perspektiivis pärssida motivatsiooni elueesmärke püstitada ja neid ellu viia. Spetsialistid toonitasid tasakaalu leidmise vajadust ühiskonnapoolse abi ja toetuse ning indiviidi iseisvuse ja vastutusvaldkonna vahel, et vältida õpitud abitust.

Küsitletute leibkond erineb oma tüübilt kogukonna keskmisest. Üksi elavate puudega inimeste osatähtsus on märgatavalt väiksem selle leibkonnatüübi üldisest esindatusest Tallinnas, samuti on märgatavalt väiksem lastega elavate paaride või üksikvanemate osa. St puudega inimeste perekonna loomise ja laste omamise šansid on oluliselt väiksemad keskmisest. Otstarbekuse sunnil (koos on odavam majandada ja kergem lahendada majandusprobleeme) on vanematega elavate puudega inimeste osatähtsus järsult suurem keskmisest vanematega elavate tallinlaste arvust. Lisaks neile kahele aspektile (turvalisem majandamine ja igapäevaelu) tõstatasid venekeelsed puuetega inimesed esile emotsionaalset aspekti. Nimelt aitab perekonna emotsionaalne tugi vältida üksindustunnet ja vähendada seega terviseprobleemidest ja abitusest tekkida võivat depressiooni vms.

Võrgustik

Lastega ja õdede-vendadega on suhtlus tihe (umbes pooled küsitletutest suhtlevad) ja sagedane. Emasaga ja lapselastega suhtlus sage kuid mitte tihe (1/4 või vähem suhtleb nimetatutega). Muude sugulas- tega suhtlus vahepealse tihedusega (1/3 suhtleb) kuid mitte eriti sage (valdavalt mõned korrad kuus või harvem). Kaugema ja vähemintimsemat võrgustikku (naabrid, tuttavad, endised töökaaslased jms) kirjeldades märkisid intervjuueeritud spetsialistid, et see toimib paremini mitte-eestlastest puudega inimeste puhul. Mitte-eestlaste võrgustik on ühelt poolt paremini informeeritud oma võrgustikuliikme seisundist, probleemidest ja vajadustest. Teiselt poolt on see võrgustik aktiivsem oma liikmele nii abi pakkumise kui ka kolmandatelt osapooltelt (omavalitsuselt) abi küsimise mõttes.

Tööhõive

Küsitletud jagunevad oma tööturukäitumiselt selgelt kolmeks: esiteks isikud, kes on olnud puudega sünnilt, või saanud töövõimetuse töötamise ajal, kuid kes on töötanud terviserikkele vaatamata. Teiseks isikud, kes on töötades kaotanud töövõime ja pole seejärel tööd teinud - nemad moodustavad küsitletutest suurima grupi. Kolmandaks grupp, kes on puude saanud pärast tööalase karjääri lõppu.

Kuigi hetkel saab palka ainult 12% küsitletutest mainis 22,6% töötamist viimase 6 kuu jooksul. 64,5% on töötanud varem (elu jooksul). Töö otsijate hulk ei ole küsitletute hulgas suur.

Eluruum

Puuetega inimeste hulgas on eluruumi omanike osa küll kõrge (86,4%) kuid jääb pisut alla üldisele Tallinna omanikuasustuse määrale. Põhiosa üürieluruumi kasutajatest elab Tallinna linnale kuuluvas eluruumis (9,1%), vaid väike osa (2,9%) eraomaniku pinnal. Puuetega inimeste eluruumid asuvad keskmisest sagedamini 1 korrusel. Kõrgemal kui teisel korrusel asuvatest eluruumidest on rohkem kui pooled majades, kus on lift.

Suurim rahulolu elamistingimustega on neil küsitletutel, kes ise on omanikud. Pisut väiksem rahulolu on neil, kes elavad perekonnale kuuluvas majas-korteris. Üüripinna kasutajate hulgas on eri korteritüüpide kasutajate vaheline erinevus rahulolus suurem - kõrgeim rahulolu määr on sotsiaalkorteri üürnikel.

Spetsialistid ja puuetega inimeste esindajad nägid probleemi liftita majade kõrgematel korrustel asu- vates erastatud korterites. Korteri-probleemi nägid spetsialistid ja puuetega inimeste esindajad olulise takistusena puuetega noorte iseseisvumisel.

Eluruumide kohandusi on teinud 15% küsitletutest, iga seitsmes isik. Märkimisväärne arv ettepanekuid (mida oleks vaja teha) puudutab elamistingimusi üldiselt - eluruumi kui terviku või üksikute ruumide kapitaalremonti, omaette elamise (köögi) saamine, madalamale korrusele kolimine jne. Kõige nõ põletava- vamad kohad, kus soovitakse ümberkorraldusi, on vannituba ja WC. Vannitoa kohandamisel on esmaseks eelistuseks vanni asendamise dušiga, sama vajalikuks peetakse tuge- de, kõrgenduste, spetsiaalvannide jm pesemist hõlbustavate vahendite soetamist. Umbes samasuguseid ümberkorraldusi soovitakse teha WC-s (käetoed, poti kõrgendused, käsipuud jms).

Teine kohanduste valdkond puudutab korteris liikumise lihtsustamist - käetoed ja tugipuud, ratastooliga liikujale uksepiitade eemaldamine, ukseavade laiendamine jms.

Kolmas ettepanekute valdkond puudutab eluruumist välja pääsemist - probleemiks on kitsad liftiüksed, nägemispuudega inimesele vajalike spetsiaalsete liftinuppude puudumine, trepikojast õue jõudmiseks vajalike kaldteede puudumine jne.

Nii spetsialistid kui ka puudega inimesed olid arvamusel, et sisuliselt puuduvad kompetentsed ettevõt- ted, kes oleks spetsialiseerunud puudega inimeste eluruumide kohandamisele. Teenuse osutamine on sageli kallis, kvaliteet konkreetsele isikule sobivuse seisukohast küsitav.

Eelistatud elamisvorm

Tänane ja soovitud elamisvorm kattuvad suurel määral. Iseseisvalt (üksi) tahaks elada 26,2% küsitletutest, faktiliselt elab üksi 21%. Seega teatud hulk puuetega tallinlasi tahaks muuta oma elamisvormi, kolida perekonna või sugulaste juurest ära iseseisvalt elama. Suhteliselt väike osa inimestest (3,3%) sooviks elada erineval määral toetust (teenuseid) pakkuvast eluasemes (institutsioon, toetatud elamine, elamine kogukonnas, teenustega munitsipaalajas). Põhiosa (66%) peab parimaks sedasama elamise viisi (koos perega), nagu neil praegu on.

Hinnang majandusolukorrale

Küsitlute sissetulekute struktuur on ootuspärane. Domineerib sissetulek pensionidest, töötasu on saanud vähem kui 13% küsitletutest. Hinnang majandus seisule on erinevast rahvusest küsitlutele mõnevõrra erinev. Raskustega hakkamasaajaid või keerulises seisus leibkondi on küsitlute endi hinnangu kohaselt eestlaste seas 49,8%, venelaste seas 60,8%, muude rahvuste esindajatest nimetas seisus raskeks või väljapääsmatuks 71,3%. Faktiliste tulude osas (nii indiviidi kui leibkonna tulud) on erinevus subjektiivsetest hinnangutest väiksem (eestlastel indiviidi tulu 4447 krooni, leibkonna tulu 11706, venelastel 4001 ja 10281, muudest rahvustest inimestel 4398 ja 8295 krooni).

Kulud puudeliigiti

Kulud ravile ja ravimitele, rehabilitatsioonile, hooldus- ja invaabivahenditele ja muudele tervisekuludele erinevad objektiivselt puudeliigiti.

Väikseima keskmise kogukuluga grupi moodustavad keele ja kõnepuudega (580,8 krooni keskmiselt kuus), vaimupuudega (625,5) ja psüühikahäirega isikud (630,9 krooni), keskmise grupi kuulmispuudega isikud (813,7) ja keskmisest kõrgemad kulud on liitpuudega (1063,1), muu puudeliigiga (1094,5) ja liikumispuudega (1148,7 krooni) isikutel.

Kui keskmised kulud on iseenesest keskmise sissetulekuga leibkondadele jõukohased, siis maksimaalsed kulud on päris suured (rehabilitatsioonikulu 4000 krooni kuus, hooldus-abivahendite kulu 3000, ravi- ja ravimikulu 3500 krooni ja muu tervisega seotud kulu 3000 krooni kuus).

Toimetulek puudeliigiti

Kergem on igapäevaeluga hakkama saada kuulmispuudega isikutel. Juhul, kui neile on kindlustatud suhtluskanal ümbruskonnaga (viipekeele tõlk), siis saavad nad hakkama ka muude (keerukamate) tegevustega. Vaimupuudega ja psüühikahäirega isikud ise hindasid oma igapäevaeluga toimetulekut suhteliselt madalaks. Samas, spetsialistid viitasid tugiisikute süsteemi olemasolule nimetatud puudeliikidega isikute jaoks ja selle järjepidevale arengule. Selle tõsiasja tõttu peavad nad vaimupuudega ja psüühikahäirega isikute igapäevaeluga toimetuleku probleeme kergemini lahendatavateks võrreldes näiteks nägemispuudega, samuti liikumispuudega ja liitpuudega isikutega. Viimased kaks gruppi on nii spetsialistide, kui puuetega inimeste organisatsioonide esindajate hinnangu kohaselt kõige keerukamas situatsioonis kolmest vaatenurgast hinnates. Esiteks üldine suur abivajadus, mis teeb hoolduse kalliks. Teiseks abi- ja hooldusvahendite kulud, mida indiviid ei ole oma sissetulekutest võimeline tasuma. Näiteks toodi rästooli soetamise omaosalus 3-5 tuhat, mida põhimõtteliselt oleks parimal juhul võimalik maksta järelmaksuna, mitte aga kogu summa üheaegsel tasumisel. Kolmandaks, kõige keerukam lahenduse otsimise tee eluruumi kohandamiseks ühiskondlike ja erakulutuste kombineerimise, puudega inimese ja teiste leibkonnaliikmete vajaduste kooskõlastamise jms mõttes.

Info hankimine

Siiski, mis puutub info jagamisse, siis selles osas oli kõige suurem roll perearstidel (nii eestlaste, venelaste kui ka muude rahvuste jaoks) ja hoolekande juhtivaltel lüüdel (sotsiaal- ja tervishoiuamet ja linnaosavalitused, suurem roll eestlaste ja väiksem mitte-eestlaste informeerijana). Silmas pidades kvalitatiivuuringu tulemusi eeldati, et ka kvantitatiivuuringu andmete analüüsil ilmneb sõprade ja sugulaste tähtis roll info koguja ja jagajana. Küsimustikule antud vastustes seda ei ilmnenu, tervikuna olid nii eestlased kui mitte-eestlased küllalt tihedalt seotud formaalsete infokanalitega (linnaosalehed jms). Võrreldes eestlastega hankisid mitte-eestlased vähem infot linna koduleheküljelt. Mitte-eestlaste seotus puuetega inimeste kojaga oli eestlastega võrreldes nõrgem, sidemete ulatuses konkreetse invaorganisatsiooniga suuri erinevusi polnud.

Abivahendite kasutamine

Esmatasandi abivahendid on spetsialistide arvates piisavalt kättesaadavad. Samas teine osa, kaasaegsed ja keerukamad abivahendid jäävad enamasti rahapuudusel kättesaamatuks, kuna nad jäävad abivahendite piirhinnast välja.

Küsitlusel ilmnes, et iga 2 abivahendi kasutaja kohta veel 1, kes väidab, et ta vajaks abivahendit, aga ei kasuta seda. Võrreldes kahte gruppi (hüve kasutajaid ja hüve soovijaid) saame väita, et suurem vajadus on põetus- ja hooldusvahendite, ortooside ja proteeside ja kuulmisabivahendite kasutamiseks.

Toetuste kasutamine

Puuetega inimesed on oluline sotsiaaltoetuste kasutajate grupp. Kõrvuti spetsiifiliste sotsiaalkindlustus- ja sotsiaaltoetustega (töövõimetuspension, puuetega inimeste toetused) on neile oluline ka toimetulekutoetus ja kohalikud ühekordsed sotsiaaltoetused.

Kuigi toimetulekutoetust saanud puudega isiku perede arv on viimase kümne aastaga Tallinnas vähenenud ca 7 korda, jääb see langustempo märgatavalt maha üldisest toetusesaajate arvu kahanemisest (ca 13 korda). Lõpptulemusena on puudega isikute leibkondade osa toimetulekusaajate hulgas kasvanud – 2001.a. 10,7%, 2008.a. 21,1% kõigist leibkondadest.

Ühekordsete toetuste taotlemise puhul pidasid intervjuueeritud oluliseks takistuseks toetuse sidumist sissetulekuga. Sissetulek on väike, samas toetuste arvutamiseks kasutatavad piirmäärad on veelgi madalamad ja välistavad abi saamise. Subjektiivselt hinnati enda positsiooni halvemaks võrreldes töötutega, lastega perede või üksikvanematega ja eakatega, kellele Tallinna linn on kehtestanud suuremal arvul universaalseid toetusi.

Puuetega inimeste organisatsioonide esindajad viitasid loogikavigadele toetussüsteemides. Kui tavainimene saab toimetulekutoetust, siis saab ta seda täies mahus kasutada oma baasvajaduste rahuldamiseks. Kui toimetulekutoetuse saab terviserikkega või puudega inimene, siis osa saadud rahast peab ta kulutama oma spetsiifiliste probleemide lahendamiseks (ravimite omaosalus, hooldusvahendite omaosalus vms, vt vastavaid keskmisi kulusid, mida PIST ei kata täielikult) ja tema baasvajadused on halvemini rahuldatud.

Spetsialistide arvamusel kohaselt on puudega inimesed toetuste ja teenuste taotlemisel keskmisest halvemas olukorras. Samal arvamusel olid ka puudega inimesed ise lisades, et seda eriti „töökäiva puudega inimese“ puhul. Töötasu ei pruugi katta kõiki kodust väljatulekuga seotud kulusid, samas töötasu saamise tõttu on tal väiksem toetuse saamise võimalus. Ühiskondlikult võimendatakse eakate inimeste, lasterikaste perede, mittetöötavate noorte probleeme ja raskusi. Puudega inimene on selles hierarhias tagapool. Hoolekande korralduse seisukohast on grupi siseselt esiplaanil noored ja töötavad inimesed, näiteks abivahendite jagamisel eelistatakse nimetatud isikuid eakamatele.

Teenuste kasutamine

Ülemäära keerukat bürokraatiat peavad taluma rehabilitatsiooniteenuse kasutajad, kus 1/3 küsitletutest nimetas seda probleemiks. Rehabilitatsiooni puhul märgiti ära ka pikk ooteaeg ja ebapiisav teenuse maht. Transporditeenuse, viipekeeletõlketeenuse ja isikliku abistaja teenuse käsitlemisel nimetati väikest mahtu. Suuremal arvul märkisid küsitletud kvaliteediprobleeme nõustamisteenuse, transporditeenuse ja toetatud töötamise puhul. Teenuse hind (omaosalus) ei ole üldjuhul tõkkeks teenusele juurdepääsul, erandi moodustavad transporditeenus ja rehabilitatsiooniteenus, kus omaosaluse tasumisel nähti probleeme.

Invaorganisatsioonide esindajate hinnangud teenustele

1. koduabi – spetsialistide arvamuse kohaselt toimib kõikjal, järjekordi ei ole, puudega inimeste peamine probleem seisnes hinna kalliduses
2. isikliku abistaja teenus – väike, hetkel defitsiit, vajadus suurem
3. häirenupu teenus – nii spetsialistide kui ka puudega inimeste arvates toimib hästi, esialgsed probleemid käivitamisel on lahendatud
4. transporditeenused – spetsialistide arvamuse kohaselt on maht väike, vajadus suurem. Puudega inimeste seisukoht on, et teenuse kasutamisel puudub paindlikkus
5. toetatud elamine (psüühikahäirega ja vaimupuudega isikud) – psüühikahäiretega inimestele on hästi käivitatud, vaimupuudega mitte nii hästi, sest tegevusjuhendaja toetus väga väike ja nad tulevad paremini toime perekonnas
6. eluruumi kohandamise teenus – ressursi puudus on suur ja üleüldine
7. sotsiaaleluase – liikumispuudega inimestele on linn andnud enamasti prioriteedi, samas teistel on probleemne, sotsiaalmajadesse on järjekorrad
8. hooldekodu teenus – täielik defitsiit, eriti erihooldekodudesse saamisel

Uuringu täisversiooniga on võimalik tutvuda Tallinna linna veebilehel:

<http://uuringud.tallinnlv.ee/document.aspx?id=11022>

Infoteatmik

„Abiks puudega inimesele 2010“

Ülevaatlik info nii riiklikest kui ka Tallinna linna poolt pakutavatest puuetega inimestele suunatud teenustest ja toetustest. Lisaks leiab teavet Tallinna Puuetega Inimeste Koja ja tema 21 liikmesorganisatsiooni kohta, mis aitab saavutada kontakti inimestel, kes soovivad liituda puuetega inimeste ühingutega. Infomaterjal annab kompaktse ülevaate erinevatest teenustest ja toetustest, mida puudega inimestel on võimalik taotleda.

Infoteatmik on kättesaadav nii eesti kui vene keeles.

Lae alla ja loe: <http://www.tallinnakoda.ee>

EESTI LASTE JA NOORTE DIABEEDI ÜHINGU UURING: DIABEEDIHAIGETELE LASTELE EI PIISA RIIGI KOMPENSEERITAVATEST RAVITARVIKUTEST

Autor: KRISTI PEEGEL, ühingu juhataja

2009.a. suvel asutatud MTÜ Eesti Laste ja Noorte Diabeedi Ühingu (ELDÜ) peamine eesmärk on esindada ja kaitsta diabeetikute laste ja noorte õigusi ja huve, et need lapsed oleksid ühiskonnas oma eakaaslastega võrdselt koheldud. Tegeleme nii diabeedialase teavitustööga üldises plaanis kui soovime lahendada tänast olukorra, kus 1.tüüpi diabeedi diagnoosiga lastel ei ole võimalik omada piisaval hulgal kaasaegseid diabeetiku eluks olulisi abivahendeid. Püüame muuta tänast reaalsust, kus neid lapsi ei soovita võtta lasteada ja olukorda, kus diabeedihaigete koolilapsed peavad tegema eluks vajalikke meditsiinitoiminguid kooli wc-s, kuna paljudel pedagoogidel ja ka kooli meditsiiniõdedel puudub mõistmine ja arusaamine nende laste elulistest vajadustest.

Liikmeid on ühingule kogunenud lühikese ajaga ligi 100. Ühingu juhatuses ja liikmeskonnas on nii arste, õdesid kui lapsevanemaid – kõiki ühendab suur soov muuta diabeedilaste elu elamsiväärseks.

Et saada täpset ülevaadet, milline on Eestis perede hakkamasaamine 1. tüüpi diabeediga, viis ELDÜ tänavu veebruaris ja märtsis läbi diabeedihaigete laste ja noorte ja nende perede tervise ja elukvaliteedi uuringu, seda Avatud Eesti Fondi vahendatud Vabauhenduste Fondi toel.

Metoodikana kasutasime SA Tallinna Lastehaigla loal rahvusvahelist tervise- ja elukvaliteedi uuringu PedSQL diabeedi moodulit, mida täiendasime ELDÜ küsimustega. Meie sihtrühmaks oli 100 last/noort koos vanematega.

73 last ja noort vanuses 7-19 eluaastat vastasid spetsiaalsele laste/noorte küsimustikule, mis hõlmas kokku 78 väidet ja küsimust. 115 kuni 19.a. laste vanemat vastasid lapsevanemate pisut põhjalikumale küsimustikule, kus 12 lehel oli kokku 145 küsimust. Arvame, et suurepärane osavõtuprotsent, kus vastused tulid 120 perest, tuleneb vajadusest oma eluolust rääkida. Uuring, mis täideti 120%, hõlmab 24% kogu Eesti laste- ja noortega diabeediperedest. Seega julgeme täna väita, et teame üsna täpselt, kuidas pered, kus kasvamas 1.tüüpi diabeediga laps, Eestis hakkama saavad. Pilt on nukker.

Ravitarvikute kättesaadavus teeb suurt muret 90% peredes

Kulutused lapse diabeedile on igas kalendrikuus kordades suuremad, kui seda katab diabeediga lapsele haigusest tuleneva raske puudeastme tõttu riigi poolt makstav igakuine sotsiaaltoetus. Kui küsisime vanematelt, kui palju neil igas kuus lapse ravi katteks raha puudu jääb, arvestades, et lapsele makstakse sotsiaaltoetust, ulatusid summad 300-10 000 kr. Sellist hinda tuleb maksta lapse kaasaegsete ravivõimaluste eest, milleni teadus on jõudnud, kuid mis on kahjuks enamusele meist just rahalise takistuse tõttu kättesaamatud. Üheskoos nähakse, et tänane puudega lapse rehabilitatsiooniteenuse raha, mille eest ei

ole võimalik diabeedilapsele tegelikult mõistlikke teenuseid osta, võiks riik suunata tarvikute kompen-
seerimiseks. Ravitarvikud on need, mis tegelikult annavad väärtust nii lapse tervisele kui elukvaliteedile,
et hiljem ei oleks vaja rehabilitatsiooni, mis diabeetikut tagantjärele enam ei päästaks.

Tarvikud, millest lapsevanemad kõige enam puudust tunnevad

Uuringu küsimusele „Mis on kõige tähtsam kulutus, mida lapse diabeedi hea kompensatsiooni saavu-
tanuseks esmalt teeksite, kui teil selleks võimalus tekiks“ vastas pea 50% lapsevanematest, et ostaksid
lapsele normaalse muretu lapsepõlve ja enda mentaalse tervise tagamiseks glükoosimonitori või glü-
koosimonitoriga insuliinipumba. Mõned vanemad ostaksid lapsele ka uue pankrease, kui see võimalik
oleks ja kümnekond muudaks pere toiduharjumusi tervislikumaks ja elutingimusi diabeetikule sobiva-
mas suunas. Teame ju kõik, et lapse veresuhkru normi piires hoidmine on ainus garantii tuisustustevabaks
eluks tulevikus. Riik võimaldab täna diabeetikule 100% soodustusega insuliini ja alla 19-aastasele aastas
1200 testriba 90% soodustusega. Insuliinist üksi ei piisa, et diabeedihaige lapse veresuhkur korras hoida.
Insuliini süstimine, söömine, trenn, kontrolltöö jne eeldab alati teadmist, mis on veresuhkru väärtus. Vere-
suhkru väärtuse saab teada veresuhkrut mõõtes. Mõõtmiseks kasutavad täna veel diabeetikud peamiselt
glükomeetrit ja testribasid, millele vereproov võetakse. See tähendab, et igaks suhkrukontrolliks peab
diabeetik ennast augustama nõelaga, saades kätte naha alt veretilga, mis võetakse ribale, mis pannakse
glükomeetrisse, mis näitab suhkru väärtust millimoolides (mmol). Küsisime nii lastelt kui vanematelt, kas
nad saavad lapse veresuhkru hoitud normväärtuste (4-10mmol) piires täna riigi poolt hüvitata-
vate, st soodustusega testribade kogusega, mis tähendab aasta peale jagatuna 3,2 mõõtmist ööpäevas. 90%
vastas, et sellest hulgast ei piisa, enamus peresid ostab igakuiselt täshinnaga testribasid juurde, makstes
vajaliku testribade koguse eest aastas kuni 20 000 krooni. Vanusegruppide kaupa selgus, kui palju tegeli-
kult laste tarbeks ribasid kulub:

	1-3 riba (mõõtmist ööpäevas)	4-7 riba (mõõtmist ööpäevas)	8-10 riba (mõõtmist ööpäevas)	10-... riba (mõõtmist ööpäevas)	keskmiselt kulub ööpäevas mõõt- mistele ribasid
0-4 aastastel	0	36%	32%	32%	9 (max 15)
5-9 aastastel	6%	70%	16%	8%	7 (max 12)
10-14 aastastel	8%	73%	19%	0	6 (max 10)
15-19 aastastel	19%	81%	0	0	5,5 (max 8)

* ühe veresuhkru mõõtmise keskmine hind on ca 10 krooni, kui lisaks ribale võtta arvesse ka torkevahendi
nõela hind



Ja tegelikkuses on nii, et kui laps on nt viirushaiguses, suureneb möötmiste arv kuni 2 korda. On ka neid ribasid, mis väriseva käe või kehva kvaliteedi tõttu raisku lähevad. Ja need välja toodud numbrid näitavad tegelikke möötmisi, mis väga paljudes peredes on piiratud kasutusel oleva raha hulgaga – kui raha ei ole toidu ostmiseks, kas seda siis kulutada ribadele... Seega tegelikult vaja minevate ribade hulgaks julgen pakkuda minimaalselt +25%, mida tean omast käest, olles 4.a. diabeetiku ema. Meie peres on keskmine möötmiste arv päevas 10-11 korda, sest laps ei tunnetata ei madalaid ega kõrgeid suhkruid. Lastega lihtsalt on nii, et nende tervisega ei saa riskida, eriti kui kuklas on teadmine, et lapsepõlves hästi kompenseeritud diabeet on ainus garantii hilistüsistuste vältimiseks. Glükomeetriga veresuhkru mõõtmiseks 8-10-12-15 korda ööpäevas väikelast augustada ei ole ühelegi lapsevanemale kerge, rääkimata lastest endist.

Eesti Diabeediliidu vahendusel teame tänast riigipoolset väidet, et diabeetikutele soodustusega võimaldatavatest ribadest ostetakse aastas välja ca 85%, st ca 15% ribasid jääb välja ostmata ja sellest tulenevalt ei nähta ka probleemi, et soodustusega ribade kogust on tegelikult vaja suurendada. Võime vaid arvata, et need, kes ribad välja ostmata jätvad, on täiskasvanud diabeetikud, peamiselt II-tüübi põdejad, kes lihtsalt ei mööda ennast, mis iganes see põhjus siis ka on. Needki ribad oleks hädasti vaja tegelikele hädasolijatele, lastele, ümber jagada, leiame. Kui keegi tunneb kedagi, kes tunneb kedagi, kes riigi soodustusega testribasid aastas tegelikult ära ei kasuta, palume ühendust võtta ELDÜ-ga, et aidata neid lapsi, kelle vanemad ei ole võimelised täishinnaga testribasid ostma.

Pumbaravil lastel paremad veresuhkru näitajad

Humaanne laste diabeediravi eeldab 21.sajandil insuliini süstimiseks insuliinipumpa, mis tähendab ühte torget 3-päeva järel kanüüli vahetuseks ja glükoosimonitori, mis näitab veresuhkru taset reaajas. See on varustus, mida iga lapsdiabeetik peaks omama, et elada täisväärtuslikku elu. Eesti Haigekassa toel saavad täna insuliinipumba 90% soodustusega kuni 4-aastased lapsed, seega kui laps haigestub 4-5-6 või nt 12-aastaselt, peetakse normaalseks raviviisiks süsteravi. Nii arstide andmed kui meie uuringu tulemused näitavad, et kuni 10.a. lastel on pumbaravi tulemused paremad kui süsteravil.

Aprillikuus tähistati Eestis insuliinipumbaravi 5-aastapäeva, mil TÜ Kliinikumi endokrinoloog dr Kaire Heilman rääkis, et täna on Eesti diabeedihaigestest lastest pumbaravil vaid 14%, st 69 last 500st. See on kurb number, kui arvestada, et uuringu tulemuste põhjal teame, et tegelikult soovivad 60% täna süsteravil olevate laste vanematest, et lapsel oleks võimalik üle minna insuliinipumbaravile, et nt muuhulgas ei narritaks last koolis insuliini süstimise tõttu narkomaaniks. Aga need 60% lapsevanematest ei saa oma lapsele sellist eluolulist „luksust“ lubada. Seega reaalsus on, et kui üle 4-aastane laps haigestub 1-tüübi diabeeti ja tema vanematel ei ole raha osta täishinnaga insuliinipumpa, millede hinnad algavad 19 000 kroonist, glükoosimonitoridega pumpadel 39 000 kroonist, siis laps on aheldatud insuliinisüstla külge. Mis tähendab aga päevas 2-6 süsti, lisaks igakordsed torked veresuhkru mõõtmiseks. Aga see ei ole humaanne elu, eriti kui sellele lisandub diskrimineerimine lasteaias, kuhu diabeediga lapsi meelsasti ei võeta, isegi siis, kui lasteaias meditsiiniline teenindamine võimalik oleks. Rääkimata koolide olukorrast, kus lapsed end peamiselt wc-des süstimas ja möötmas käivad, et mitte sattuda kaasõpilaste pilke alla ega saada endale „narkomaani“ silti seljale.

Laste diabeedist: haigus on Eestis ja laiemalt arenenud ühiskonnas kiiresti kasvava trendiga - I-tüübi suhkruhaigete (insuliinisõltuvate) laste arv on Eestis just viimastel aastatel väga kiiresti kasvanud (aastatel 1999-2003 haigestus 100 000 elaniku kohta 14,9 last, 2007 juba 35 last). I-tüübi tekkepõhjused on ebaselged. Räägitakse nii haigestumist vallandavatest keskkonnateguritest, võimalikust geneetilisest soodumu-

sest kui viirushaiguste tüsistustest. Täpseid põhjuseid ei tea aga keegi. Kindel on see, et I-tüübi diabeedi tekkes ei ole rolli liigsel magusasöömisel, nagu tavaliselt arvatakse.

I-tüübi diabeetiku pankreas ei tooda insuliini, st et insuliini on vaja organismi süstida. Siit ka oluline teadmine laiemale avalikkusele, et kõik süstivad inimesed ei ole narkomaanid, osad on ka diabeetikud, kellele insuliinisüst on eluolulise tähtsusega. I-tüübi diabeet on krooniline haigus, mida tänase teadmisega ei ole võimalik välja ravida, küll aga on võimalik selle haigusega elada, kui pidevalt kontrollida veresuhkru taset, toituda korralikult, liikuda piisavalt, st kompenseerida diabeeti. Diabeetikutel, kes ei suutu oma haigusesse täie tõsidusega, on suures ohus silmad, st tüsistusena võimalik nägemise kaotus; jalad - tüsistusena võimalik jala amputatsioon, erinevad närvihaigused ja tõsised neeruprobleemid.

ELDÜ projekti „Parem elukvaliteet ja võrdsemad võimalused diabeedihaigetele lastele ning noortele“ toetab Vabäihenduste fond, mida rahastavad Norra, Island ja Liechtenstein Avatud Eesti Fondi vahendusel.

Eesti Laste ja Noorte Diabeedi Ühingu veebileht: www.lastediabeet.ee

Päevaleht Ülikoolist <http://ulikool.epl.ee/> on võimalik kuulata/vaadata ELDÜ ja Päevalehe koostöös valminud dr Kaire Heilmani diabeediloengut.

Tallinna Puuetega Inimeste Koja infolist

- Soovid olla kursis puuetega inimeste valdkonnas toimuvaga?
- Soovid õigeaegselt olla teavitatud Tallinna Puuetega Inimeste Koja ettevõtmistest
- Soovid saada infot puuetega inimestele suunatud üritustest, seadusandluse muudatustest, uutest teenustest ja toetustest?

Tallinna Puuetega Inimeste Koda pakub teile võimalust olla kursis aktuaalse infoga, mis puudutab puuetega inimesi, nii eesti kui venekeelse infolisti vahendusel.

TPIK infolistiga liitumiseks saatke oma sooviavaladus e-posti aadressile: tauno@tallinnakoda.ee, märkides ära, millises keeles eelistate edaspidi infot saada.

VÄLJAKUTSE: ÜHILDADA TÖÖTAMIST JA PUUDEGA LAPSE KASVATAMIST

Autor: KÜLLI URB

Euroopa Sotsiaalfondi toel aitab Tallinna Puuetega Inimeste Koda läbi grupinõustamiste ja eneseabigruppide puuetega laste vanematel paremini elus hakkama saada- säilitada või leida tööd, tulla toime väljakutsega olla puudega lapse vanem ja sealjuures mitte unustada enda vajadusi.



Räägime TPIK projekti "Tööotsija tööriistakast- abiks puudega inimesele ja puudega lapse vanemale" grupinõustamistel osalevate Maria, Evelini ja Varjega, kelle peredes kasvab puudega laps.

Miks on puudega laste pered riskirühmaks tööturul, milles seisneb see risk?

Maria: Puudega laps jääb tihti väikelapse tasandile, teda ei saa jätta üksi, nagu haige väikelaps, kes vajab pidevat hooldust ja tähelepanu. Tuleb palju käia rehabilitatsioonil, igasugustel protseduuridel haiglas ning seetõttu tuleb tihti puududa töölt. Kui töötasin öena, olin tihti öösel tööl, siis hoolitses lapse eest isa või vanaema. Õe töö võimaldas vahetustega töötamist, siis sain vahetada nii, et olin näiteks kaks nädalat Haapsalus rehabilitatsioonil. Aga kui oli vaja sellist tööaja graafikut, et saaksin lahkuda kell 16, kuna lapse buss saabub kell 16.30, siis oli sellist kokkulepet võimatu saavutada. Pidin iga kord rääkima teistega läbi ja juurde maksma, et õigel ajal ära joosta, sest bussijuht ei oota, millal mina tulen. Tihti jooksin nii, et hing

väljas, et õigel ajal jõuda last bussilt vastu võtma. Väga närvesööv, olin väga stressis. Hiljem tegin kaks aastat kodutööd, aga see töö ei vastanud minu professionile.

Varje: Olen sunnitud töötama osalise koormusega, sest poja koolis ja päevakeskuses viibimise aeg ei võimalda võtta täiskoormust. Jooksujalu tööle ning jooksujalu töölt koju, et võtta invabussilt vastu poeg. Siis jagan teistele pereliikmetele ostunimekirjad ning ise keskendun pojale.

Evelin: Mina ei ole tööl veel käinud pärast poja sündi, aga kavatsen minna. Minu tööaeg saab olema rangelt kella 8 – 17. Muret teeb, et kes hakkab pojaga käima rehabilitatsioonis, mis toimub päevasel ajal. Samas rehabilitatsioon on väga vajalik talle just nüüd, väiksena, see annab kõige paremaid tulemusi, kuna kallid operatsioonid, mis tehtud, muutuvad siis mõttetuks.

See vaba päev, mida riik võimaldab ühes kuus, on abiks ja kavatsen seda kindlasti kasutada, aga hea oleks, kui saaks seda kasutada korraga- 12 töövaba päeva võimaldaks paremini seda kasutada.

Varje: Minu tööandja soovib, et ma juba detsembris teeksin kuupäevaliselt graafiku, millal seda päeva võtan ning seetõttu pean tegema graafiku umbkaudse, mitte vajadusest lähtuva.

Kust saite teada Tallinna Puuetega Inimeste Koja projektist?

Evelin: Olen TPIK meililistis ja kuulun ka Liikumispuuetega Laste Tugiühingusse.

Maria: Mina samadest allikatest.

Varje: Sain teate mailiga Käo päevakeskusest.

Olete juba 10 korda projekti raames kohtunud, mida olete grupinõustamistelt saanud?

Evelin: Olin enne väga ummikus igas mõttes. Olen saanud nõustamisgrupist ja ka eneseabigrupist tohutult toetust. Mõistsin, et ma ei ole ainuke, kellel on sarnased probleemid. Puue ei ole midagi erilist ja haruldast, selliseid inimesi on palju. Olen saanud analüüsida olukorda ja enda sisse vaadanud. Nüüd tunnen, et asjad hakkavad tasapisi lahenema. Olin palju unustanud selle viie aasta jooksul, kui olin lastega kodus.

Varje: Olen nõustamistel saanud palju rääkida- pole aastaid nii palju rääkinud. Olen saanud analüüsida minu olukorda. Nüüd ei lähe ma kohe emotsionaalseks iga asja peale. Nõustamisgrupp sattus just meie pere keerulisele ajale, kui hakkasin poega harjutama intervallhoiuga, mis pole kerge ei talle ega mulle.

Maria: Mulle oli oluline õppida kirjutama korralikku CV-d ning kaaskirja.

Varje: Näitasin ka kodus mehele oma kirjutatud CV-d ja kaaskirja ning ta leidis ka sealt uut, mida õppida. Nii et kahekordne kasu.

Kui suur oht on perel, kus kasvab puudega laps, sattuda vaesusse?

Maria: See oht on väga suur. Väikelaps kasvab ruttu ja iseseisvub. Puudega laps tihtipeale ei iseseisvu kunagi ja vajab palju hooldamist. Arengupuudega last ei või hetkekski üksi jätta. Tihti on puudega laste emad haritud ja võiksid riigile palju anda. Kui olla ainult hooldaja, muutud närviliseks ja veidi totakaks ning ei tea, mis maailmas toimub. Selline olukord ei tee ka lapsele head. Selline vaene, närviline, kurnatud ema pole hea ema ega abikaasa. Kui puudega lapsega tegeleb keegi kena tädi või isegi onu, siis laps kohe pingutab ja püüab olla iseseisvam. Tööl püsimine on väga tähtis, aga risk kaotada tööd on suur. Arusaadav, et tööandja valib inimese, kellel pole vaja käia lapsega rehabilitatsioonis ja haiguse pärast puududa. Vaja oleks väga paindlikku tööaega ja ka toetavaid teenuseid. Väga olulised on korralikud abivahendid liikumispuuetega lastele, aga need on väga kallid. Kui sa saad ainult osalise tööajaga tööl käia või ei saa üldse, siis pole ka millegi eest maksta ja laps kannatab.

Kes peaks puudega laste ja nende perede eest seisma?

Maria: Käisin kunagi Tallinna Linnavolikogus, kui linn otsustas likvideerida Mustamäel erivajadustega laste kooli ja viia puudega lapsed kokku teise kooliga Lasnamäele. Mustamäe kool oli aastate jooksul teinud väga head tööd puuetega lastega, see oli aastate töö tulemus, sinna oli kogunenud teadmised ja oskused, kuidas nende lastega töötada. Haridusameti poolt põhjendati, et halduskulud liiga suured. Nüüd märkasin, et selles majas tegutseb Haridusameti nõustamiskeskus ja suur osa majast seisab tühjana. Kas siis ei oleks võinud maja jagada ning oleksid ka kulud väiksemad? Selline suhtumine teeb kurvaks.

Evelin: Eks ikka riik ja kohalik omavalitsus koostöös puuetega inimeste esindusorganisatsioonidega. Suured omavalitsused ehk saavad teenuste osutamisega kuidagi hakkama, aga väikesed vallad on selgelt raskustes. Riik võiks siin solidaarne olla, näiteks vallas, kus elab selline pere, võiks vald abi osutada teatud ulatuses ja siis riik ka teatud määral, et pere hoolduskoormus oleks talutav ja pere ei põleks läbi.

Kuidas edasi?

Evelin: Lähen tööle ja püüan samal ajal võimalikult tulemuslikult tegeleda poja rehabilitatsiooniga, et ta saaks tulevikus võimalikult enda võimetele vastava hariduse. Esimesed väljakutsed ongi, et kuidas ta kohaneb lasteaias ja kuidas lasteaed kohaneb temaga. See on psühholoogiline väljakutse.

Varje: Sain aru, et vajan konkreetset abi, st vajan inimest, kes tegeleks minu pojaga, et saaksin paremini hakkama tööeluga ning ma veidigi taastuda saaksin. See võiks olla isiklik abistaja, tugiisik või koduabiline. Miks ei saa kasutada sotsiaalseid töökohti puuega inimeste isiklike abistajatena? Kelle otsustada see on?

Maria: Mind pani väga mõtlema jutt nn varjatud tööpuudusest. Puudega laste vanemad ei saa piisavalt oma vaimset potentsiaali kasutada ja peavad leppima tööga, mis ei vasta nende väljaõppele ja ambitsioonidele. Tahaksin teha tööd, mis vastaks minu koolitustasemele, kuid selleks vajan toimivaid teenuseid oma lapsele ja perele.

Milline on teie sõnum puuetega laste vanematele?

Varje: Tahaksin südamele panna just noorematele vanematele- ärge kannatage abi küsimisega viimase piirini, kui olete juba täiesti läbi põlenud. Mõelge ka enda vajadustele! Ma pean, olen kohustatud, küll ma jõuan... See võib lõppeda kogu perele kurvalt. Mina mõtlesin ka kogu aeg, et küll ma saan kuidagi hakkama. Mis on sellise elu kvaliteet? Tulge kasvõi kursustele- õlatunne, teadmised, eneseanalüüsi võimalus, kõigest sellest on palju abi.

Euroopa Sotsiaalfondi poolt rahastatav Tallinna Puuetega Inimeste Koja projekt "Tööotsija tööriistakast – abiks puudega inimesele ja puudega lapse vanemale" raames saavad puuetega laste vanemad individuaalset psühholoogilist ja sotsiaalnoustamist, osaleda eneseabigrupis ja grupinõustamisel.

Osalemissoovist teatage e-mailile: kylly@tallinnakoda või tel. 55672585, 656 4048.

INVATAKSO VÕI ÜHISTRANS- PORT- MIS ON KINDLAM VALIK PUUDEGA INIMESELE?

Autor: TIIA TIIK

Tallinnas on viimastel aastatel muutunud olukord ühistranspordis paremaks. Seda eriti uudiseid vaadates ja teades, et meil liiguvad tänavatel madalad bussid, trollid ja trammid. Kui minna Tallinna linna kodulehele või visata pilk peatuses asetsevatesse sõiduplaanidesse, siis selgub, et madalapõhjalisi ühistranspordivahendeid on, aga neid käib nii harva, et ühest linna otsast teise saamisega võib kuluda mitu tundi aega. Samas ei soosi meie kliima sellist ootamist, ka teeolud talvel lumega on kehvad ja paraku on paljud asutused ka sellistes kohtades, mille lähedale ei vii ühistransport.

Kui minu poole pöörduda küsimusega, et miks nii vähe puudega inimesi kasutavad ühistransporti Tallinnas, siis vastan küsimusega, et millal viimati nägid bussis puudega inimest? Tavaliselt jääb küsija nõutu näoga mõtlema. Siis meenub, et ega ei mäleta jah. Pensionäre kepiga märkab, vahel ka pimedat valge kepi või juhtkoeraga, kuid teisi mitte. Miks on see nii? Vastuseid pole vaja kaugelt otsida, sest kui ise nt ratastoolis inimesega minna ühistransporti katsetama, saab kohe vastuse.

Nii võtsidki meie liikumis- ja nägemispuudega inimesed ette 1998. aastal pilootprojekti ja sai alguse invataksoteenus. Sotsiaalhoolekande seadusest tulenevalt pakub invatranspordi teenust kohalik omavalitsus ise või korraldab riigihanke ja sõlmib lepingud teenuseosutajatega. Alates 2008. aastast pakuvad invataksoteenust Tulika Takso ja Termaki Autopark.

Kõik ei kasuta isiklikku sõiduautot ja paljud tahavad ise omi asju ajada. Abiks on taksojuhid, kes inimesi abistavad treppidest liikumisel ja taksosse ning hoonetesse. Koostöö bussifirmaga Termaki Autopark on kestnud aastaid, sest firma osutab invatranspordi teenust puuetega inimestele ühisliinidena kooli, lasteasutustesse, rehabilitatsiooni- ja taastusravile ning ratastoolikasutajate tööleviimiseks. Määravaks sai asjaolu, et teenuseosutaja on teinud investeeringuid kaasaegsete invabusside ja varustuse ostmiseks. Samuti kogemused ja mitme tõstukiga bussi kasutamise võimalus, mis võimaldab invataksoteenuse paindlikkust ja kättesaadavust paremal tasemel.

Invataksoteenuse tingimused ja klientide omaosalus on jäänud viimastel aastatel samaks. Isegi limiit on püsinud 500 krooni piires ja omaosalus on invataksoteenuse kasutamisel $\frac{1}{4}$ arvest. Abistamine kuni 1. korrusele on tasuta, kuid igale järgnevale korrusele abistamine on kokkuleppel teenuse osutajaga (tavaliselt 25 krooni korruse kohta). Ratastooli kasutajatele on abiks tõstukiga Termaki invabussid. Samas ei piisa sellest 8 sõidukorrast kuus, et jõuda poodi sisseoste tegema, panku, huviringidesse, tööle, kooli või kohtuma sõpradega, teiste puuetega inimestega... Omaosalus ratastoolibussi invataksoteenuse kasutamisel on 10 krooni sõidulustamistasu ja 1.50 krooni läbitud kilomeetrilt. Hädapärased sõidud saavad tehtud, kuid puudega inimeste liikumisvajadused on suuremad ja kulutused transpordile märkimisväärselt suured.

Olulisteks plussideks teenuse arengul on taksojuhtide kogemused, oskused ja taksokasutajate kindlustunne, et nad on teenindatud ja õigel ajal õiges kohas. Miinusteks on piiratud limiit invataksoteenuse kasutamiseks ning piisava varuga ratastoolibussi ettetellimise vajadus. Probleemiks on invataksoteenuse kasutamise

võimaluse puudumine mittetallinlastele ja õppivatele noortele, kes omavad sissekirjutust väljaspool Tallinna. Erivajadustega üliõpilased vajavad invatransporti, mis tagaks ligipääsetavuse kõrgharidusele. Samas transporditeenuse omahinda (330 – 400 krooni tund) ei suuda kõrgkoolis õppivad puuetega inimesed ise tasuda ja talvisel ajal on ühistransport praktiliselt kättesaamatu.

Kui puudega inimene soovib hakata kasutama invatakso teenust, siis tuleb tal pöörduda Tallinna Puuetega Inimeste Koja koordinaatori poole. Takso magnetkaardi väljastame puudega inimesele tingimusel, et 1) ta on kandud Tallinna linna elanikeregistrisse, 2) talle on määratud sügav/raske liikumis- või nägemispuue ja 3) arstitõend, millel kirjas arsti kinnitus, et inimene ei saa oma puude tõttu kasutada ühiskondlikku transporti ja millist abivahendit (nt ratastool, tugiraam, kargud, pimedate valge kepp) ta liikumisel kasutab.

Üks üliõpilane küsis minu käest, et kuidas toimub invataksojuhtide koolitamine. Esmalt pani see mind muigama, sest Tallinna Puuetega Inimeste Koda ei koolita taksojuhte invataksojuhtideks. TPIK ning Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuameti eesmärk on koolituse käigus õpetada taksojuhte märkama ja arvestama erivajadustega. Kõik algab taksojuhtide tahtest, kes on eelnevalt avaldanud taksofirmas soovi ja valmisolekut hakata teenindama puuetega inimesi.

Taksojuhtide koolitus toimub mitmes osas: esimeses osas räägime liikumispuudega inimeste teenindamisest, abivahenditest ja parkimisest, tutvustame kuulmispuudega inimeste vajadusi ja abistamist, selgitame pimedate ja nägemispuudega inimeste probleeme ja abistamist liikumisel, saatmist taksost hooneteni ja juhtkoera kasutamise vajadust. Peale seda järgneb ratastooliga inimese abistamise õpetus treppidel, tänavatel ning taksojuhid saavad proovida abivahendite kokkupanemist. Oluline on see, et taksojuht peab pakkuma abi ja enne abistama hakkamist kindlasti küsima kliendi käest kuidas, mismoodi ja millal abistada. On inimesi, kes ei soovi abistamist ja tahavad ise võimalikult iseseisvad olla. Teise koolituse osana järgneb koolitus taksofirmas, kus õpetatakse magnetkaardi alusel arvet jagama, arveldama sularahas või pangakaardiga ning limiidi lõppemisel tasu arvestamist.

Kahju on sellest, et meie riigil ja kohalikel omavalitsustel puuduvad võimalused sotsiaalteenuste rahastuse suurendamiseks, mistõttu ei ole suurenenud invatakso limiit. Vajadus teenuse järele on kasvanud, mida iseloomustab eelmisel aastal suurenenud invataksoteenuse kasutajate hulk pea tuhande inimeseni.

Invatakso teenuse kohta vaata lähemalt Tallinna Puuetega Inimeste Koja veebilehelt:

<http://www.tallinnakoda.ee/1,84>

JÜRGEN METS- UNIVERSAALSE DISAINI EESTKÕNELEJA

Autor: KÜLLI URB



Kojalise Tegija rubriigis olema ikka tutvustanud uusi või vähetuntud teenuseid ja ka sellise teenuse osutajat. Seekord on meie külaliseks Puudealase Teabe ja Abivahendite keskuse projektijuht Jürgen Mets, kes on hariduselt tegevusterapeut.

Keskus on Astangu Kutserehabilitatsioonikeskuse allüksus ja selle tööd rahastatakse läbi Euroopa Strukturfondide.

Jürgen, räägi veidi enda juurtest, kust oled pärit ning kus õppinud?

Olen küll sündinud Tallinnas, aga põhikooliaeg möödus Põlvas. Kooli läksin Rosmale, mis on väike küla Põlva külje all. Seal asub Johannese Kool, mis on waldorfkool. Õppisin seal kogu põhikooli aja, see oli huvitav aeg.

Muidugi paljud väljastpoolt kooli pärisid, et mida see kool endast kujutab ja kas saab ikka edasises elus hakkama. Nagu elu on näidanud, et saab hakkama küll!

Pärast põhikooli lõpetamist tulin tagasi Tallinnasse, astusin Öismäe Humanitaargümnaasiumisse. Gümnaasiumi ajal oli mul palju erinevaid huvisid ja suundi- tõmbas teater, muusika, üldse loominguline tegevus. Olen jäänud siiani kunstide austajaks, aga samas on mind väikesest peale huvitanud hooned ja ka inimesed. Läksingi õppima tegevusteraapiat, täiendasin end Rootsis ja praktiseerisin seal.

Tegevusterapeudina töötamine oli huvitav, aga ühel hetkel tundsin, et tahan aidata enamaid inimesi. Mõtlesin, et kui tegevusterapeudina suudan elu jooksul töötada ehk 400- 600 inimesega, siis tundsin, et tahan laiemalt tegutseda. Õpingute ajal ja hiljem praktiseerides oli ju põhiliseks teemaks inimeste tegevusvõime ja tegevusvõimega seonduv keskkond- see hakkaski mind üha rohkem huvitama. Nüüd siis töötangi Astangul ja tegelen juba laiemalt keskkonna ja ka inimestega.

Kes on ikkagi tegevusterapeut?

Lühidalt öeldes, kui füsioterapeut paneb käe käima, siis tegevusterapeut annab sellele liigutusele mõtte- näiteks auto juhtimiseks, söömiseks, joomiseks jne. See on alati seotud keskkonnaga, igapäevaste tegevustega- kõikide tegevustega, mis jäävad magamiste vahele. Peamine sisu on läbi erinevate tegevuste arendada ja parandada inimese tegevusvõimet.

Eestis on tegevusteraapiaga tegeletud natuke üle 10 aasta, teatakse rohkem nime, kuid laiem taust on teadmata. Tihti antakse töökohale küll tegevusteraapia ametinimetust, aga tegelik sisu on hoopis sotsiaaltöötaja, kasvataja või eripedagoogi ametiga seotud.

Tegevusteraapias tuleb jälgida, et tegevused oleksid piisavalt rasked, et oleks areng, kuid samas ka mitte liiga rasked, muidu kaob motivatsioon. Klienti tuleb hästi tundma õppida- millised on tema vajadused ning eesmärgid. Praegu on valdav meditsiiniline lähenemine- testide tegemine ja mõõtmine.

Tegevusterapeudiga on nagu juuksuriga- palud teha midagi personaalset, aga ta on harjunud lõikama teatud moodi ja teebki nii, kuid teine juuksur on julge, hakkab proovima ja püüab teha midagi isikupä- rast, mis on kliendi ootus.

Oled töötanud ka Rootsis, kas me võime end võrrelda Rootsi- ga?

Selge see, et Rootsis on toimunud areng rahu tingimustes pikalt, neil on materiaalselt palju paremad võimalused kui meil.

Me võime ja tegelikult peamegi neilt õppima palju, kuid ka nemad on teinud vigu, mida meil on mõistlik mitte korrata. Näiteks puuetega inimeste liigne eristamine- paljusid asju saaks lahendada näiteks üldise juurdepääsetavuse arendamisega.

Rootsis töötasin ühes haigla meeskonnas, mis tegeles näiteks trauma- ja infarktjärgsete patsientidega. Käisime kaardistamas seda keskkonda, üldiselt kodu, kuhu inimene haiglast naaseb. Vaatasime, mida saab teha ning kuidas kohandada kodu nii ligipääsetavaks, et inimesel oleks võimalik tegutseda maksimaalselt iseseisvalt. Kui kohandamine polnud võimalik, siis oli sotsiaalkorteri võimalus. Kohandamistööd teostati reeglina enne, kui inimene haiglast koju läks.

Miks hakkasid huvi tundma universaalse disaini vastu?

Õpingute ajal, teisel kursusel, tutvustati meile seda teemat. See oli küll väga põgus, aga sain siiski iva kätte. Tavaliselt tegevusterapeut töötab haiglas abivajajaga ja jõuab punkti, kus inimene saab päris hästi hakkama, aga kui ta läheb koju, siis selgub, et ei saa üldse iseseisvalt hakkama. Kas on probleem inimeses või keskkonnas? Ratastoolis ei saa liikuda, kuna uks on kitsas, lävepakud jne. Keskmine inimene ju ometi saab hakkama? Kelle „viga“ see siis ikkagi on?

Mind häirib eristamine- ka puudega inimesi eristatakse, ehitatakse midagi nende jaoks spetsiaalselt, näiteks teatrisse ehitatakse spetsiaalne kallid tistuk, avatavas spordikeskuses leitakse, et ratastoolis inimene ei pääsegi sisse- ehitatakse juurde pikk kaldtee, turul avastatakse, et ukseid ikkagi kitsad- lõhume siis ukseid laiemaks jne. See on juba eristamine. Mõistlik oleks kohe ehitada nii, et avalikud hooned on ligipääsetavad. Siis ei saa keegi öelda, et jälle raisati nende puuetega inimeste peale palju raha. Vajame ju kõik hästi ligipääsetavaid hooneid. Tegelikult on sarnased vajadused teistelgi inimestel- näiteks lapsevankritega lapsevanemad, transporttöölised jne. Sama kehtib ka teenuste puhul- on küll võimalik mobiiliga parkida, aga kui menüü/toiming on väga keeruline, siis ikkagi pole see paljudele ligipääsetav.

Huvitaval kombel on teatud erivajadused ühiskonnas nagu enam aksepteeritud. Näitena võib tuua televiisori puldi. Algselt oli see mõeldud inimestele, kes ei saanud liikuda. See oli abivahend. Nüüd on see aga nõ „üle võetud“, mis sest et algne suunitlus oli teine. Eks neid näiteid ole veelgi.

Mis siis ikkagi on univesaalne disain?

Seda on raske lühidalt seletada. Tegelikult on kõik inimesed erivajadusega. Me oleme erinevad- kes pikk, kes lühike, mõni on sünnipäraselt suur, teine jällegi kleenuke, lisaks veel lapsed ja eakad. Kõik on erinevad. See ongi see, miks on vaja toodete, teenuste, keskkonna kujundamisel vaja arvestada ja mõista, et läbimõeldus loob kaasatust. Universaalne disain on toodete, teenuste ja keskkonna kujundamine nõnda, et seda saavad kasutada kõik inimesed võimalikult suurel määral vajamata eraldi kohandusi või erilahendusi. Universaalne disain toimib koostöös teiste ühiskondlike eesmärkidega ning on tervikliku lahenduse loomulik osa.

See muidugi ei tähenda, et kõiki erivajadusi saab universaalse disaini printsiibist lähtuvalt lahendada, aga paljut saab ja see suurendab inimeste vahelist sidusust. Pealtnäha idealistlik kontseptsioon, mis on realselt rakendatav.

Millises seisus on universaalse disaini printsiipide rakendamine Eestis, kas nulli lähedal?

Ei, murrang toimus 2007 aastal. Inimeste teadlikkus tõuseb ja vajadus kasvab. Ka meie, Puudealase Teabe ja Abivahendite Keskuses, oleme teinud mitmeid koolitusi kohalike omavalitsuste ehitusspetsialistidele ja teistele huvilistele.

Universaalse disaini põhimõtted kirjutatakse sisse arengukavadesse, kõrgkoolid võtavad oma ainekavadesse, viiakse kokku erinevate erialade inimesi, näiteks disainerid ja meditsiinitöötajad.

See on pikk protsess, enne kui universaalse disaini printsiibid võetakse laiemalt omaks. Küll vastuseis tasapisi taandub, universaalse disaini kontseptsiooni järgi inimeste keskkonna kujundamisega harjutakse ja nii muutub see osaks meie igapäevaelust.

VABATAHTLIK TEGEVUS PUEETEGA INIMESTE VALDKONNAS

Autor: **ULLI LUIDE**, Tallinna Ülikooli sotsiaaltöö eriala tudeng

On jõutud arusaamiseni, et vabatahtlike näol on tegemist olulise ressursiga, mis võimaldab tuua professionaalse töö kõrvale värskust ja uusi ideid. Viimastel aastatel on vabatahtlikkuse trend saanud ka sotsiaalsfääri enam hinnatud osaks, mis võimaldab parandada ja mitmekesistada pakutavaid teenuseid. Vabatahtlike rakendamine puuetega inimeste valdkonnas aitab tõsta puuetega inimeste elu kvaliteeti ning mõjutab ka vabatahtlike enda rahulolu, pakkudes selles osalejale võimalust õppida ja kogemusi omandada. Vabatahtliku tegevuse arengukava (2006) defineerib vabatahtlikku tegevust kui oma aja, energia või oskuste pakkumist vabast tahtest ja tasu saamata. Kuna vabatahtlikud ei saa oma tegevuse eest eest palka, vaid tasuks on saanud emotsioonid ja rahulolu, on organisatsioonidele oluline teada, kuidas pakkuda vabatahtlikele võimalikult meeldivat kogemust, et tagada nende tegutsemissoov.

Käesolev artikkel tugineb „Puuetega inimestega tegelevate vabatahtlike motivatsioon ja rahulolu Tallinna vabatahtlike näitel“ bakalaureusetöö uurimistulemustele, andes ülevaate teguritest, mis mõjutavad vabatahtlike motivatsiooni ja rahulolu.

Uurimus viidi läbi käesoleva aasta märtsi ja aprillikuus kümne Tallinnas puuetega inimeste valdkonnas tegutseva vabatahtlikuga. Valimisse kuulunud vabatahtlikud tegutsesid järgnevates organisatsioonides: Tallinna Invaspordiühing, Tallinna Puuetega Inimeste Koda, Tallinna Liikumispuudega Inimeste Ühing, Päevakeskus Käo, Põhja-Eesti Pimedate Ühing, Nõmme sotsiaalmaja ja Tallinna Puuetega Noorte Keskus JUKS.

Uurimistöö tulemustest selgus, et valimisse kuulunud vabatahtlikele valmistas vabatahtliku tegevuse defineerimine raskusi. Põhjustena toodi välja asjaolu, et vabatahtlik tegevus on elu loomulik osa, mida muudest eluvaldkondadest lahutada on keeruline. Definitsiooni asemel tõi enamik intervjuueeritavaid esile vabatahtlikku tegevust iseloomustavaid omadusi, milleks olid teiste aitamine ja toetamine, rõõm, sunnita ning mitte-kasu eesmärgil tegutsemine.

Puuetega inimestega tegelevate vabatahtlike ülesannete kohta selgus uurimusest, et kõige enam tegeletakse raamatute linti lugemisega nägemispuudega inimeste jaoks, inimeste nõustamise, projektide kirjutamise ning igapäevase hooldustööga. Vabatahtlike ülesanded sõltusid eelkõige organisatsioonist ning selle spetsiifilisemast tegutsemisvaldkonnast.

Selgus, et inimesed kuulevad vabatahtlikuna tegutsemise võimalustest eelkõige suusõnaliselt. Sageli palutakse inimesi otseselt vabatahtlikuna tegutsema ning olulisteks mõjutajateks on sõbrad ning üha kasvav on ka interneti osakaal. Uurimusest selgus, et enamik intervjuueeritavatest pidas vajaliku ja kasuliku informatsiooni levikut ja hankimise võimalusi ebapiisavaks, nähes selles vabatahtlikku tegevust oluliselt takistavat mõjurit.

Kõige olulisemate tegutsemisajenditena nägid intervjuueeritavad abistamissoovi, ühiskonnas eksisteerivat vajadust, uute kogemuste hankimist ning personaalsete tegurite mõju (enesekindlus, tahe õppida). Motiveerivaks teguriks, millega kõik valimisse kuulunud vabatahtlikud nõustusid, oli sotsiaalne vastutus ja kohusetunne, mis innustas ja sundis vabatahtlikke jätkama.

Demotiveerivate ning takistavate teguritena nähti kõige sagedamini aja ja informatsiooni puudust, mis otseselt takistab vabatahtlikuna tegutsemist. Lisaks nendele toodi oluliste teguritena välja ka ühiskonna poolse toetuse puudust ning organisatsiooni suutmatust vabatahtlike tegevuse koordineerimisel.

Individuaalset vabatahtliku tegevuse olulisust nägid vabatahtlikud huvitavas aja sisustamise võimaluses ning uutes kogemustes ja teadmistes. Ühiskonna tasandil toodi esile vabatahtlikke kui olulist ja väärtuslikku ressursi, mille abil saab väheste kulutustega palju korda saata, tõmmata tähelepanu ühiskonna valupunktidele ning see toob endaga kaasa värskeid ideid.

Vabatahtlike väärtustamise kohta kerkis uurimusest esile, et ühiskond pigem ei väärtusta vabatahtlikku tegevust. Enamik valimisse kuulunud vabatahtlikud olid arvamusel, et vabatahtlikke tõstetakse esile vaid siis, kui on tegemist mingi olulise tähtpäeva või üritusega. Erinevalt ühiskonnast leidis enamik uurimuses osalenutest, et organisatsioonis, milles tegutsetakse, väärtustatakse vabatahtlikke piisavalt. Intervjuueeritavad olid ühisel meelel, et vabatahtlikkust peaks enam väärtustama ja esile tõstma.

Uurimuses keskenduti ka vabatahtlike tegevusest saadud rahulolule, mida hinnati positiivseks. Vaid üks vabatahtlik ei saanud tegevusest rahulolu leides, et see ei motiveeri teda enam. Ülejäänud vabatahtlikud tunnistasid, et saavad oma tegevusest rahulolu ning seda põhjustavate teguritena toodi eelkõige välja uute kogemuste, võimaluste ja oskuste omandamine ning organisatsiooni poolt pakutav toetus. Kõik valimisse kuuluvad vabatahtlikud on valmis vabatahtlikku tegevust teistelegi soovitama!

Rahulolust andis kinnitust ka see, et üle poolte intervjuueeritavatest plaanivad ka tulevikus vabatahtliku tegutsejana samas valdkonnas jätkata. Jätkuv tegutsemine sõltub eelkõige vaba aja olemasolust ning need, kellel seda on, soovivad ka edaspidi olla vabatahtliku tegevusega seotud. Intervjuueeritavad olid ühisel meelel ka selles, et vabatahtlikkust peaks rohkem väärtustama ja esile tõstma.

Kokkuvõtlikult võib öelda, et uuritav teema on aktuaalne, sest vabatahtlike abiga on võimalik väikeste kulutustega suuri muudatusi läbi viia. Kuna vabatahtlikud ei moodusta homogeenset inimgruppi, vaid on väga erinevad iseloomu, motivatsiooni, huvide ja eesmärkide poolest, on vabatahtlikuna tegutsemine võimalik väga laiale inimgruppile, andes neile võimaluse osaleda ühiskonna elu edendamises.

Esmond ja Dunlop (2004) näevad vabatahtlikke motiveerivatest ja mõjutavatest teguritest teadlik olemist organisatsiooni suure eelisena, mis võimaldab 1) meelitada inimesi vabatahtlikus tegevuses osalema sõnumite ja reklaamidega, mis vastavad inimeste vajadustele, 2) vabatahtlikke efektiivselt kasutada ja suunata tegevustesse, mis on neile meelepärased ning 3) säilitada ja koguni tõsta vabatahtlike rahulolu. Seega võib väita, et mida enam on organisatsioonid teadlikud teguritest, mis vabatahtlikuna tegutsemist mõjutavad, seda lihtsam on tegevus muuta inimestele atraktiivseks ning seega kaasata üha uusi vabatahtlikke.

Kasutatud kirjandus:

Esmond, J., Dunlop, P. (2004). Developing the Volunteer Motivation Inventory to Assess the Underlying Motivational Drives of Volunteers in Western Australia. <http://www.morevolunteers.com/resources/MotivationFinalReport.pdf> (15.01.2010)

Vabatahtliku tegevuse arengukava 2007-2010. (2006). Tartu Vabatahtlike Keskus. Tallinn- Tartu

AVASTADES ISEENNAST VABATAHTLIKUNA EESTIS

Autor: **INES COSTA**, Tallinna Puuetega Inimeste Koja vabatahtlik



Minu nimi on Ines ja ma olen pärit Portugalist. Ma otsustasin hakata vabatahtlikuks seetõttu, et Euroopa Vabatahtlikus Teenistuses osalemine on esimene koht, mis on seotud osalemise ja aktiivseks kodanikuks olemisega ning seeläbi võimaldab mulle õpikogemust mitmel erineval tasemel. Vabatahtlikuks olemine annab mulle võimaluse areneda läbi mitteformaalse õppimise- tulemuseks on isiksuse kasv, millele panevad aluse elukogemuste vahetamine, eluviiside ja erinevate kultuuridega tutvumine. Samuti näen ma vabatahtlikku teenistust kui võimalust uute ametialaste oskuste omandamiseks.

Minu vastuvõtva organisatsiooniks on Tallinna Puuetega Inimeste Koda. Ma otsustasin osaleda selles erilises projektis, kuna mul on kogu aeg olnud ambitsioon siduda kunst omavahel tervise, sotsiaalse ja kultuurilise kontekstiga. Eelpool mainitud organisatsioon on mulle seda võimaldanud. Kõik mu eelnevad õpingud ja koolitused on seotud olnud kunsti ja kunstiteraapiaga. Ma arvan, et kunst ja kunstitegevused võimaldavad spontaanselt suurendada inimese eneseväljenduse ja kommunikatsioonioskusi. Minu eelnevad kogemused on näidanud, et aeg- ajalt tavalised ja igapäevased mehhanismid ning meetodid ei võimalda igal inimesel sobituda sotsiaalsesse konteksti. Kunstitegevused aga aitavad nendel inimestel tuvastada ja väljendada muresid, väärtusi ja tundeid endast väljapoole ja seeläbi parandada nende elukvaliteeti ning osaleda suuremal määral ühiskondlikus elus. Ma usun, et minu panus Tallinna Puuetega Inimeste Kojas annab mõnele inimesele võimaluse elukvaliteedi parandamiseks kindlas sotsiaalses kontekstis.

Eestimaa avastamine on olnud väga põnev ja rikastav mitmel tasandil. Ajalugu, kultuur ja keel on totaalset erinev kohtadest, kus ma olen viibinud. Ma ei suuda muidugi unustada seda ilma- mitte kordagi oma senises elus ei ole ma üle elanud sellist talve, nagu siin oli. Minu jaoks on ilmastikust tulenev kontrast olnud suurim raskus ja kartus minu vabatahtliku töö jooksul, kuna see mõjutab mu motivatsiooni, tuju ja mu elu. Alguses arvasin, et need erinevused ei ole nii olulised, kuid nüüd teadvustan endale, et need on olnud kõige olulisemad ja raskemad teemad Eesti eluga kohandumisel.

Vahetevahel on mul raskusi leidmaks motivatsiooni, kuna päevast päeva pean ma endaga kohanema ja hakkama saama igasuguste "probleemidega" mu teel. Näiteks ma tean, et ma kaotan iga päev oma asju, seoses keelebarjääriga ma ei ole suuteline rääkima ja aru saada asjadest mu ümber ja seepärast on mu osalemine mingis konkreetses tegevuses olnud piiratud ja ma pean leidma teisi viise suhtlemiseks. Ma

kohtan end erinevates situatsioonides, millega ma Eestist väljaspool olles ei tuleks toime. Niiviisi vastandudes end kõikide takistustega oma vabatahtliku töö jooksul ma õpin, kasvan ja leian viise toimetulekuks.

Tallinna Puuetega Inimeste Koda, kes mind avasüli vastu võttis, jättis oma töötajatega mulle mulje nagu suurest perest. Mul on olnud võimalus näha ka teiste puuetega inimeste ühenduste tööd Tallinnas, kus mul olnud võimalus kokku puutuda paljude eriliste ja toredate inimestega.

Oma vabatahtliku tööga seoses tegelen ma palju kunsti ja käsitööga seotud tegevustega, kus osalevad füüsilise ja vaimse puudega inimesed. Tallinna Kojas olen ma aidanud ette valmistada ja läbi viia erinevaid üritusi ja assisteerida regulaarselt loomingulise avardumise kursuse läbiviimist. Suure osa oma ajast olen veetnud Merimetsa Tugikeskuses, kus ma olen kaasa löönud maali-, keraamika- ja tsirkusegrupi igapäevastes tegevustes.

Merimetsa keskuse maalitoas olen ma aidanud teistel töötajatel assisteerida kliente maalimise juures- kätte anda tinte, materjalie, jne. Erilistel päevadel oleme ka käsitsi valmistanud postkaarte. Keraamikatoas, kus töö keraamikaga võtab kaua aega, on mul olnud rohkem aega saada parem ülevaade seal tegutsevatest klientidest. Tsirkusegrupis oleme koos klientidega vestelnud erinevatel teemadel, käinud jalutamas, mänginud jalgpalli ja lauamänge.

Tallinna Puuetega Inimeste Kojas toimuv puuetega inimeste loomingulise avardumise kursus on nagu kunstikursus, kus iga tund on uued teemad ja töötoad. Me tegeleme erinevate tehnikatega, materjalide ja meetoditega- erinevaid maalimise meetodid, värvimine, abstraktne maal, mudelvärvimine, vaba joonistamine ning erinevad tehnikad- keraamika, skulptuur, raamatu köitmine, viltimine, käsitöö, jne. Kogu kursus lõppes ühe suure ühishäitusega Tallinna Puuetega Inimeste Tegevusekeskuses. Kursuse jooksul tutvusin väga hea ja huvitava kunstirühmaga, mille liikmed on inimestena väga erinevad. Kursuse lõpptulemus ühishäituse näol oli hämmastav. Ma nägin arengut ja entusiasmi kasvu iga nädal. Ma tõesti loodan, et TPIK leiab võimalusi taolise kunstitegevuse jätkamiseks.

Ines Costa vabatahtlikku teenistust koordineerib Eesti Erinoorsootöö Ühing noOR.

Vaata lähemalt: <http://www.erinoor.ee>

Euroopa Vabatahtliku Teenistuse poolt pakutavate võimaluste kohta loe lähemalt Euroopa Noored Eesti Büroo kodulehelt: <http://euroopa.noored.ee>



PUUETEGA INIMESTE LOOMINGULISE AVARDUMISE KURSUS



Autor: **KAURI KALLAS**,
kursuse juhendaja

Oleme üsna positiivsete meeleoludega lõpetanud kahesemestrilise (sügis 2009- kevad 2010) loominguilise avardumise kursuse Tallinna Puuetega Inimeste Kojas ning tõdenud, et sellest kujunes välja päris vahva projekt, mis hõlmas kokku mitmeid erineva vanuse, puude, oskuste ja isiksuse omapäradega inimest. Nüüdseks on osad kursusel valminud tööst leidnud väljundi ühishäitusel „Sigrimigrid“.

Läbi aasta käis meie tunde uudistamas üsna palju huvilisi- oli neid, kes piirdusid vaid paari tunniga ja neid, kes käisid terve ühe semestri. Kevadsemestril kujunes välja aga juba kindel huviliste grupp, mis koosnes enamjaolt 6-10 inimesest, kes omavahel moodustasid sõbraliku ja loova meeleoluga sõpruskonna.

Kursusel osalejate rahulolu ja progressi on raske hinnata, kuna meie eesmärk oli anda osalejatele väike seeme edaspidisteks tegevusteks ja avardada võimalikult lai pilt erinevatest tehnikatest ja kunstisuundadest, mille tulemused väljenduvad alles lähitulevikus. Oli neid, kes ei olnud antud tundide formaadiga rahul, sest vähemalt pooled inimesed, kes käisid aja jooksul läbi, ei jäänud pidama. See tõendas, et kas ülesanded, õpetamise meetodika või seltskond ei sobinud neile. Progressi saame hinnata osalejate intensiivsuse põhjal, sest nad süüvisid väga kiiresti ja tuhinaga alati ülesannetesse. Kindlasti oleks andnud osalejatele veel enam innustust, kui oleks olnud rohkem võimalusi käia erinevatel üritustel, näitustel, käsitöökodades jne. Kursuste raames oli meil võimalus korraldada kaks slaidiõhtut ja külastasime üheskoos KUMU näitusi ning tuvustasime pea iga tund raamatute põhjal mõnda kunstniku, tehnikat vms.

Raskemad momendid on olnud, kui mõndade ülesannete selgitamisel ja avamisel ei ole me ise juhendajana nii vilunud olnud, et neil oleks tekkinud soov seda teha- ei suutnud teatud ülesandeid atraktiivseks teha. Mõnikord jäime jänni puht tehnilistel selgitamistel teatud ülesande raames ning oleks soovinud võibolla natuke rohkem minna sügavuti käsitöö ja kunsti vahekordade selgitamisel.

Taoline kogemus oli meile esmakordne, kohati võiks seda küll väljakutseks nimetada aga lõppkokkuvõtteks peaksime meie olema tänulikud, kuna pigem me juhendajana ise õppisime rohkem osalejate pealt

kui ise suutsime anda. See muutis meie mõtlemist kursusest osavõtjate olukorrast ning tekitasid meis endas indu teha neid ülesandeid, mida me ise ka ei olnud ammu või üldse teinud ja katsetada uusi lahendusi. Osalejad inspireerisid meid päris mitmete heade mõtetega, mida enda isiklikus loomingus teha või kuidas edasi minna- avas meile teised dimensionid.

Saime aru, et tundide praktiline pool oli üks osa sellest, mis võimaldas neil end rakendada, aga tegelikult isegi olulisem sellest oli koosviibimine ja seltskond. Kursuse mõte oligi, et inimesed suudaksid end vabalt loominguliselt avada ja väljedada ning leida läbi selle enda ja maailma vahel suhtluskeel- kunst kui eneseväljendus ja suhtlus, mis aitab ületada mõttebarjääre ja elada rohkem tunnetusele.

Sidusime kogu kursuse kaheks olulises osaks- ühelt poolt tutvustasime erinevaid käsitöötehnikaid ja materjale nagu savi, viltimine, paberivalmistamine, köitmine, mosaiikpaberi valmistamine jne. Teisest küljest soovisime, et kurusel osalejatel tekiks parem pilt üldisest ja kaasaegsest kujutavast kunstist. Tutvustasime erinevaid kunstnikke, tõime tundidesse kaasa näiteid, raamatuid, maalisisime, joonistasime ning valmistasime pisiskulptuure.

Algne idee oligi, et osalejatel tekiks paralleelselt tajumus nii kujutavast kunstist kui käelised oskused ja vilumused mõnedes spetsiifilistes tehnikates, mis võimaldaks hilisemas perspektiivis näiteks harrastada antud suunda.

Ühisnäitusele „Sigrimigri“ üritasime kureerida valiku nendest töödest, mis on aasta jooksul tehtud ja need omavahel panna jutustama lugu, mis iseloomustaks igat kunstniku ja kõrvutaks teda oma kaaslastega sarnasustes ja erinevustes.

Ly Nõugast, kursusel osaleja:

Ma tahaksin öelda „TÄNAME“ kogu meie Sigrimigri pundi poolt. Need, kes me oleme tulnud oma segaste unenägude, unelmate ja mõtetega, et midagi joonistada, voltida, viltida, voolida, leotada, solgutada, rullida, kleepida, ritta seada ja segamini ajada (nii on ju kihvtim) – nii see kunst ju välja kukubki, kui pole seda kunagi õppinud. Ega värske õhki ei puudunud – lükkasime, loopisime, rullisime, kraapisime selle aasta vägevat lund, et ehitada omale ukse ja akendega vigvam. Kui meid on usaldatud nii toredate noorte nagu Hemmelini ja Kauri hoolde, tulevad meistki kunagi endast lugupidavad kunsti harrastavad inimesed. Võib-olla edaspidigi on võimalik leida koht oma elus, sest meie hulgas on noori ja õppimisvõimelisi inimesi, kes mingil põhjusel pole suutelised ise töökohta leidma.

„TÄNU“ sellele majale, kus me oleme oodatud. Siin on soe ja hubane, selle maja uksele on lühike nimi „TPIK“.

Vaimustusega,
Sigrimigri pere

VENEKEELNE TEAVITUSTÖÖ PUUETEGA INIMESTELE

Projekti eesmärgiks on kolmandate riikide kodanike aktiivse osalemise suurendamine Eesti ühiskonnas läbi teadlikkuse tõstmise puuetega inimeste valdkonnas.

Projekti sihtrühma moodustavad Tallinnas elavad kolmandate riikide kodanikest puudega inimesed ja nende lähedased, sh. määratlemata kodakondsusega isikud ning Eesti kodanikud, kes suhtluskeelena kasutavad vene keelt.

Projekti peamisteks tegevusteks on:

- Tallinna Puuetega Inimeste Koja regulaarse veebipõhise kuukirja väljaandmine (koostamine, tõlkimine ja levitamine) (1x kuus)
- Kolmandate riikide kodanikest puuetega inimeste infolisti loomine (listiga liitumiseks saatke oma sooviavaldus e-postile: tauno@tallinnakoda.ee)
- Venekeelse veebipõhise infomaterjali „Abiks puudega inimesele 2010“ koostamine puuetega inimestele suunatud riiklikest ja Tallinna tasandi teenustest- toetustest ning Tallinnas tegutsevatest puuetega inimeste ühenduste tegevustest ja pakutavatest võimalustest, mis avaldatakse Tallinna Puuetega Inimeste Koja veebilehel www.tallinnakoda.ee
- Puuetega inimeste valdkonda hõlmava suhtluskeskkonna loomine Tallinna Puuetega Inimeste Koja veebilehe (www.tallinnakoda.ee) osana, kuhu koondatud infomaterjalid ja võimalus saada veebipõhist nõustamist.

Projekti tulemusel on suurenenud kolmandate riikide kodanikest puuetega inimeste teadlikkus puuetega inimeste valdkonda puudutavatest teemadest ning on paranenud informatsiooni levik ja kättesaadavus, mis on parandanud sihtgrupi igapäevast toimetulekut ja kaasatust ühiskonda võrdsete võimaluste saavutamiseks.

Täpsem info:

Projektijuht: **Tauno Asuja**

E-post: **tauno@tallinnakoda.ee**

Tel: **655 41 61, 52 56 560**

Projekti kestvus: **01 / 01 / 2010 - 31 / 12 / 2010**

Projekti rahastavad Euroopa Kolmandate Riikide Kodanike Integreerimise Fond, Kultuuriministeeriumi ning Integratsiooni ja Migratsiooni Sihtasutus Meie Inimesed



Euroopa Liit



TALLINNA PUUETEGA INIMESTE ORGANISATSIOONIDE SUUTLIKKUSE TÕSTMINE INVAPOLIITIKA KUJUNDAMISEL

Projekti üldeesmärk on parandada puuetega inimeste teadlikkust ja suurendada suutlikkust kujundada läbi kaasamise nende igapäeva elu mõjutavaid otsuseid ja protsesse tagamaks puuetega inimeste elukvaliteedi tõusu. Esimeseks alaeesmärgiks on parandada Tallinna puuetega inimeste esindusorganisatsioonide omavahelist koostööd võrgustikuna, mille kaudu suureneb suutlikkus osaleda invapoliitika kujundamisel kohalikul tasandil. Teiseks alaeesmärgiks on tõsta puuetega inimeste esindusorganisatsioonide ja kohaliku omavalitsuse koostöö tõhusust. Kolmas alaeesmärk on tõsta kohaliku võimu esindajate hulgas kodanikuühiskonna alast teadlikkust ja selgitada puuetega inimeste organisatsioonide eesmärke ja ressursse, mille abil KOV ülesanded saaksid efektiivselt täidetud.

Projekti raames viiakse läbi järgmised tegevused:

Eestkosteseminar- Seminari eesmärk on anda ülevaade puuetega inimeste organisatsioonide esindajatele eestkoste olemusest, protsessidest ja teostamise erinevatest meetoditest ning suurendada oskusi eestkostjatena.

Tallinna Puuetega Inimeste Foorumi koosolekud- Foorumi koosolekutel toimuvad strateegiate ettevalmistamine, analüüsid hetkeolukorrast, argumentide valik ja ühiste nägemuste formuleerimine osalemaks invakomisjoni koosolekul.

Tallinna Linnavalitsuse Invakomisjoni koosolekud- Puuetega inimeste organisatsioonide poolse vajaduste esitamine, arutelu ning kokkulepete saavutamine Tallinna Linnavalitsusega edasiste tegevuste osas.

Tallinna Puuetega Inimeste Koja eestkoste ja puuetega inimeste ühenduste tegevust tutvustav trükis- Trükise eesmärk on tutvustada Tallinna Puuetega Inimeste Koda ja puuetega inimeste ühenduste tegevust Tallinnas. Trükises kirjeldame laiemalt kodanikuühiskonna toimimisprintsipi ning anname ülevaate, miks peaksid puuetega inimesed liituma kodanikeühendustega ning otsustajatele anneme ülevaate, miks on vajalik teha koostööd kolmanda sektori organisatsioonidega. Tiraazh kokku 1000 eksemplari. Tehakse kättesaadavaks ka digitaalsel kujul Tallinna Puuetega Inimeste Koja kodulehel www.tallinnakoda.ee

Tallinna Linnavolikogu liikmete seminar- seminari eesmärgiks on anda ülevaade volikogu liikmetele kodanikuühiskonna alustest ja puuetega inimeste organisatsioonide tegevusest. Seminari käigus toimuvad töörühmad, kus arutatakse, kuidas muuta koostööd avaliku ja kolmanda sektori vahel senisest tõhusamaks ja leida enim kokkupuutepunkte- teadvustada kolmanda sektori organisatsioone kui partnereid avalikule võimule oma ülesannete täitmisel ning invapoliitika kujundamisel vastavuses puuetega inimeste vajadustega. Osalejaid kokku 20 volikogu liiget. Kestvus 4 tundi.

Täpsem info:

Projektijuht: **Tauno Asuja**

E-post: **tauno@tallinnakoda.ee**

Tel: **655 41 61, 52 56 560**

Projekti kestvus: **01 / 04 / 2010 - 31 / 12 / 2010**

Projekti rahastab Kodanikuühiskonna Sihtkapital

PUUETEGA INIMESTE ARVUTIÕPE JA INTERNETIPUNKT

Alates maist 2009 on Tallinna Puuetega Inimeste Kojas toimumas jätkuprojekt "Puuetega inimeste arvutiõpe ja internetipunkt".

Projekti raames on Tallinna puuetega inimestele avatud tasuta internetipunkt Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuses, aadressil Endla 59. Arvutiklassis on kohal tugiisik, kes vajadusel aitab nõu ja jõuga. Lisaks internetipunkti kasutamisele on huvilistel võimalik osaleda arvuti algõppe ja edasijõudnute kursustel.

Algajatele õpetatakse arvuti kasutamist algtasemel – põhitööd arvutist, e-mailide saatmine, dokumentide kirjutamine, interneti kasutamine ja online suhtlemine.

Edasijõudnutele õpetatakse tekstitöötlust ja tabelitöötlust MS Office baasil ning pilditöötlust.

Arvutikursuste maht on 20 tundi. Arvutikursustel on võimalik osaleda kuni 2012 aasta kevadeni. Arvutikursusi pakutakse ka venekeelsele sihtgrupile.

Liikumispuuetega inimestele pakume tasuta transporti kursustele.

Arvutikursustele registreerimine ja täpsem info telefonil 656 4048 või

e- posti teel arvutiklass@tallinnakoda.ee

Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuse arvutiklass on avatud huvilistele tööpäeviti 10.00- 18.00 (v.a. kursuste toimumise ajad, mille saab üle kontrollida telefoni teel: 656 4048)

Täpsem info:

Projektijuht: **Ian Oja**

E-post: **ian@tallinnakoda.ee**

Tel: **53 493 962**

Projekti kestvus: **01/05/2009- 31/04/2012**

Projekte rahastab Euroopa Sotsiaalfond

Tallinna Puuetega Inimeste Koda

Endla 59, 10615 Tallinn

Tel: 656 4048

E-post: **koda@tallinnakoda.ee**

www.tallinnakoda.ee



TÖÖOTSIJA TÖÖRIISTAKAST- ABIKS PUUDEGA INIMESELE JA PUUDEGA LAPSE VANEMALE

Projekti eesmärgiks on tõsta puuetega inimeste, puuetega laste vanemate ja hooldajate teadlikkust ja tegutsemisaktiivsust, et parandada nende toimetulekut ja toetada tööturule sisenemist või töökoha säilitamist.

Projekti raames viime läbi järgnevaid tegevusi:

Aktiviseerimiskursused puuetega laste vanematele ja puuetega inimestele. Kursuste käigus on võimalik osalejatel saada karjäärinõustamist, õppida eesmärkide püstitamist ja aja planeerimist, harjutada suhtlemisoskusi, teadvustada isiklike toimetulekuressursse, sh stressiga toimetulekuks, täiendada põhilisi arvutioskusi, katsetada erinevaid töö otsimise strateegiaid.

Eneseabigrupid puuetega laste vanematele ja hooldajatele. Gruppide eesmärgiks on pakkuda puuetega laste vanematele infot ja tuge, lahendamaks igapäevamuresid. Osalejatele avatud eneseabigrupid eesti ja vene keeles toimuvad 1 kord kuus aastaringelt (v.a. juuli, august).

Aastaringelt on võimalus saada puuetega inimestel ja puuetega laste vanematel **individuaalset sotsiaalset ja psühholoogilist nõustamist.**

Korraldame regulaarseid **teabepäevaseid**, kus tutvustame puuetega laste vanematele puuetega lastele ja peredele suunatud toetusi ja teenuseid, kutsehariduse valdkondi ja õppimisvõimalusi ning puuetega inimestele toetusi ja teenuseid, õppimisvõimalusi, tööturu olukorda.

Kaks korda aastas anname välja **puuetega inimeste valdkonda kajastavat infolehte.**

Samuti anname välja **infoteatmiku puuetega laste vanematele ja hooldajatele**, kuhu koondatud info puuetega lastele ja nende peredele suunatud teenuste ja toetuste kohta.

Täpsem info:

Projektijuht: **Küllli Urb**

E-post: **kylli@tallinnakoda.ee**

Tel: **656 4048, 55672 585**

Projekti kestvus: **01 / 01 / 2010 - 31 / 12 / 2012**

Projekte rahastab Euroopa Sotsiaalfond

Tallinna Puuetega Inimeste Koda

Endla 59, 10615 Tallinn

Tel: 656 4048

E-post: **koda@tallinnakoda.ee**

www.tallinnakoda.ee



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



Tallinna Puuetega Inimeste Koda
Tallinn City's Board of Disabled People

TIIU HERMAT- ÖKONOMISTIST PASTOR

Autor: LIISA RAUDSEPP



*Tallinna Püha Vaimu viipekeelse koguduse liikmed võivad olla väga rõõmsad ja tänulikud, sest ainsatena Eestis on neil võimalik osaleda regulaarselt viipekeelsetel luterlikel jumalateenistustel. Seda tänu **Tiiu Hermatile**, kes on kurtide pastori ametit pidanud juba 15 aastat. Kuidas aga on ta samal ajal jõudnud saada TPIK juhatuse esinaiseks?*

Olete tegutsenud juhatuse liikmena paljudes kodanikeühendustes, praegugi olete Eesti Kurtide Liidu juhatuse aseesimees ja TPIK juhatuse esinaine. Kuidas ennast iseloomustaksite – kas olete sündinud juht?

Ega ma ennast väga juhiks ei pea. Aga elu on sundinud juhtima ja tundub, et pole kehvasti läinud. Järelkult mingi oskus või omadus on olemas. Eks need oskused on õpitavad ka- koolitustelt ja inimestega suhtlemisest. Mina olen põhiolemuselt humanitaar olnud lapsest peale, kodus olid seinad raamaturiiu- leid täis...

Ometi läksite õppima majandust. Miks nii?

See sündis lihtsalt ja loogiliselt. Mu vanemad on TPI lõpetanud, nemad said seal kokku, olin üliõpilaste laps. Võinuksin minna ka Tartusse emakeelt õppima, ent pidin jääma Tallinna vanaemale abiks. TPI-s huvitas mind tegelikult energeetika, ent arstliku komisjoni tõttu said mitmed erialad välistatud, praktiliselt ainult majandusteaduskond jäigi järele. Tollal õpetati seal sellist toredat eriala nagu „masinaehitustöös-

tuse ökonomika organiseerimine ja juhtimine“. Omaaegne TPI lühend oli TM, mida tõlgiti „tulevased ministrid“. Kusjuures sealt tuligi ministreid.

Hiljem aga asusite tudeerima hoopis usuteadust...

Jah, ehkki ma ise polnud varem kirikuga otseselt seotud. Üks soome mees Seppo Alaja pakkus religiooni-pedagoogika kursust ning kuna töötasin tollal koolis, siis mõtlesin, et võiksin sedaviisi saada usuõpetuse õpetaja kutse. Selle kursuse baasilt pakuti võimalust jätkata õpinguid Usuteaduste Instituudis, pääsesime ilma eksamiteta kohe teisele kursusele. Mõtlesin, et juurde õppida võib alati. Kirikuelus oli toona tõusu-aeg, ka kurdid hakkasid rääkima, et mujal maailmas toimuvad viipekeelsed teenistused, et meil võiks ka olla. Tollasele peapiiskopile Jaan Kiivitile idee meeldis ja nii nad mu ära rääkisidki.

Ent kuidas sattusite TPIK-sse?

Ligi 40 aastat olen olnud Tallinna ja Harjumaa Kurtide Ühingu liige, peaaegu algusest peale seotud ka juhatusena. Tegelesin mitmesuguste projektidega, käisin viipekeele tõlgina kaasas TPIK koosolekutel ja nii see läks.

Kus õppisite viipekeelt?

Mul on 5 aastat noorem kurt õde. Kui ta Porkunisse kooli läks, hakkas ta juba esimesel koolivaheajal mulle viiiplemist õpetama, sest kuidagi oli ju vaja suhelda. Tollal ei tohtinud isegi koolitundides viibelda, kurdid lapsed pidid õppima rääkima. Õde mind kurtide seltskonda viiski. Lapsepõlves oli see mõnes mõttes tüütu, et alguses pidin teistele lastele tõlgiks olema. Hiljem hakkasid nad ise paremini aru saama. Nii saingi elu käigus tõlgi koolituse kätte, peaaegu et esimene töökoht oli mul kurtide viipekeele tõlgina klubis. Vahelduva eduga tõlgin siiani.

Kui rääkida veel TPIKst, siis kuidas siin juhatusse jõudsite?

Esmakordselt valiti mind juhatusse 2003. aastal, ent see juhatus sai paraku väga lühikest aega koos käia. Järgmisesse koosseisu valiti mind edasi ja nn käeväänamise meetodil sai minust esimees (naerab). Leian, et kui asi toimib, siis pole esimeest vajagi. Tegelikult on inimesed siin kõik pikaajalise staažiga, nad tunnevad asja ja teavad, mida tahavad. Saime ka väga hea tegevjuhi, tema kaudu on tööle tulnud teisi tublisid inimesi, on käivitatud mitmeid projekte. Praegu on muidugi majanduslikud raskused, peab mõtlema, kuidas see aeg üle elada. Aga lootust peab olema. Õnneks keegi pole hakanud kedagi süüdistama, kõik tahavad oma panuse anda ja edasi minna.

Juhatusesimehe ametikoht on vabatahtlik töö. Mis motiveerib tegutsema?

Esiteks, kui sind usaldatakse, siis püüad ju ise ka midagi vastu anda. Teiseks motiveerib toimiv meeskond – meil on vedanud, et saame alati üksteise peale loota. Kolmandaks – tulemused. Kui inimesed tulevad ja ütlevad, et on siit midagi saanud, on see mulle oluline. Ametnikega ajame muidugi asju muudkui edasi, palju on veel vaja teha.

Mis veel on olnud põhilised edasiminekud selle aja jooksul?

Inimesed on rohkem infot saanud ja julgevad rohkem küsida. Ühiskonnas on suhtumised oluliselt muutunud võrreldes TPIK loomise algusaegadega. Rohkem on madalaid busse, bussides teadustatakse peatusi ja jooksevad tulikirjas sildid – seda on olnud alles viis aastat. Rohkem pööratakse tähelepanu ligipääsetavusele. Näiteks Nõmme turul tehti kioskite ukсед kaldteede jaoks liiga kitsad, ent see sai ära parandatud. Külli, Tauno ja Tiiaga on väga hea koostöö olnud, olen neilt palju õppinud.

TEISED TIIUST:

Külli Urb, TPIK juhatuse liige: Tiiu on väga hea tasakaalustaja ning suurepärase analüüsivõimega. Puuetega inimeste valdkonnas on teemad küllaltki emotsionaalsed ja rasked, seetõttu on tohutult hea, kui TPIK esinaine suudab asju vaadata ratsionaalselt ja panna prioriteetid paika. Ent ta on ka üsna hõivatud, alati ei jätku tal ehk nii palju aega, kui ta tahaks. Inimesena on ta alati toetav ja suunatud lahendustele, mitte kritikale – see on väga tähtis. Ta on alati rõõmus ja positiivne, see annab ka teistele jõudu.

Tiit Papp, Eesti Kurtide Liidu juhatuse esimees: Tiiu Hermat on Tallinna ja Harjumaa Kurtide Ühingu projektijuhina mitmeid aastaid olnud asendamatu inimene. 2008. aastal valiti ta Eesti Kurtide Liidu juhatusesse. Meie murrame endistviisi pead, millal ta leiab aega kõigi ettevõtmiste jaoks? Inimesena on Tiiu tore ja abi- valmis ning tunneb ennast piisavalt vabalt nii kurtide kui ka kuuljate maailmas, mis võimaldab tal näha asju mitmest aspektist. See on Tiiu Hermati tugevus ja nõrkus!

Noppeid eluloost:

Sündinud: 31.07.1956

Pere: abielus, 3 last, 2 lapselast

Haridus: 1997 EELK Usuteaduse Instituut
1979 TPI – insener-ökonomist

(Ühiskondlik) töö:

2004 - TPIK, juhatuse esinaine

2002 - Tallinna ja Harjumaa Kurtide Ühingu, juhatuse liige

2001 - Nõmme Vaegkuuljate Selts, juhatuse aseesimees

Eesti Kurtide Liidu juhatuse aseesimees

Tallinna Püha Vaimu koguduse Sakariase osakoguduse (viipekeelne töö) õpetaja

Otsid oma ürituse läbiviimiseks ruume?

Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuses on võimalik rentida saali koolituste, seminaride, loengute, konverentside, vastuvõttude, kontserdite, jne läbiviimiseks.

Asume Kristiine Kaubanduskeskuse vahetus läheduses, kuhu on hea ligipääsetavus ühistranspordiga ning tasuta parkimisvõimalused.

Saali suurus on 150 m², kuhu mahub kuni 120 inimest.

Saalis on olemas ürituste läbiviimiseks vajalik audio- ja videotehnika.

Lisainfo saamiseks võta ühendust e-posti teel: tiiu@tallinnakoda.ee või tel: 656 4048

SAAME TUTTAVAKS: MERIMETSA TUGIKESKUS

Autor: LIISA RAUDSEPP

Merimetsa Tugikeskus asub looduslikult kaunil pargialal Seewaldi haigla kõrval, kus osutatakse teenuseid psüühiliste erivajadustega inimestele Tööd alustati siin 1971. aastal, praeguse nime all tegutsetakse alates 1997. aastast.



Mida tähendab „psüühikahäire“?

Üheselt mõistetavat tähendust sõnal „psüühikahäire“ ei ole. Maailma Terviseorganisatsiooni arusaama kohaselt sõltub „psüühikahäire“ sisu

konkreetselt ühiskonna sotsiaalsetest, kultuurilistest, majanduslikest ja õiguslikest iseärasustest. Üldiselt mõistetakse psüühikahäire all psüühiliste funktsioonide häiritust. Psüühikahäirete käsitlemiseks ja klassifitseerimiseks kasutatakse Eestis Rahvusvahelist Haiguste Klassifikatsiooni (RHK-10) ning käsitletavad seisundid on väga laia diapasoniga.

Merimetsa tugikeskuse klientideks ei satu aga kaugeltki mitte igasuguse psüühikahäirega inimesed, vaid need, kes vajavad psühhiaatri hinnangul tuge igapäevaelu korraldamisel ja võibolla ka töötamisel. Lisaks kehtib terve hulk piiranguid, mille puhul tugikeskuse kliendiks astuda ei saa – nt akuutne nakkushaigus, alko- või narkosõltuvus vm. Kui aga sobiva „profiliga“ klient tugikeskusesse jõuab, avaneb tal võimalus osaleda väga mitmekesistes tegevustes. Selleks peab inimene kõigepealt süsteemini jõudma, ent see ei pruugi sugugi lihtne olla.

Merimetsa Tugikeskuse juhataja Saima Kalgan leiab, et psüühikahäire on kõige raskem häire, sest inimene ei oska siis ise abi küsida. Tegelikult on abi küsimine osutunud keerukaks väga paljudele inimestele, mistõttu seda õpetatakse lausa eraldi sotsiaalse oskusena. Küll aga vastab tõele, et psüühikahäirega inimene ei pruugi ise mõista, et ta üldse mingit abi võiks vajada. „Puudeastme määramisel kirjutavad psüühikahäirega inimesed sageli, et tulevad kõigi asjadega toime,“ muretseb Saima Kalgan. „Mina olen neilt siis küsinud: kas sa kodus süüa teha oskad? - Ei. Kas sa pesu pesta oskad? - Ei. Kas poes käid? - Ei, ema käib. See inimene ei tule ju toime, need on põhiasjad, millega ta peaks hakkama saama.“

Teenused – riiklikud ja kohalikud

Igapäevaelu toetamise teenus ongi üks neist riiklikest teenustest, mida Merimetsa Tugikeskus pakub. Keskuses saab õppida toiduvalmistamist, rahaga ümber käimist, mõistlikku ostude sooritamist jne. Ka vaba aja sisustamiseks leidub arvukalt võimalusi, alates sportimisest, laulu- ja tantsuringidest kuni tsirkuseni välja. Samuti korraldatakse mitmesuguseid ühisüritusi ja väljasõite-ekskursioone. Kord imestasid Saksamaalt tulnud külalised Merimetsa tugikeskuse tegevuste nimekirja üle: nad ei olnud enne näinud,

et taolises asutuses võiks tegeleda laevamudelismiga. Jah, tõepoolest oli üks noormees valmis sellist rühma vedama, ent osalejatel ei jätkunud piisavalt püsivust - laevade meisterdamine vajab suurt süvenemist ja osavat kätt.

Teiseks asub Merimetsa Tugikeskuses Tallinna suurim psüühikahäiretega inimestele mõeldud töökeskus, kus pakutakse töötamise toetamise teenust. Kohapeal tegutseb õmblustöökoda, pakendamise töötuba, komplekteeritakse ühekordseid toidunõusid jne. Veel on võimalik tegeleda mitmesuguse kunstilise eneseväljendusega – näiteks käsitööd tehes, maalides või voolides. Valminud esemeid ja teoseid müüakse ka samal aadressil asuvas poes- siit võib leida väga armsaid ja omanäolisi kingitusi nii iseendale kui teistele inimestele.

Tööandjaid on muidugi keeruline leida ajal, mil tööpuudus on kujunenud üheks põletavamaks probleemiks kogu vabariigis. Siiski tegeletakse partnerite otsimisega pidevalt. "Olen näiteks kirjutanud Õhtulehest välja asutusi, kes toetavad lastekodulapsi," kõneleb Saima Kalgan. "Pakun neile, et psüühikahäiretega inimesed võiksid midagi ömmelda, parandada, remonti teha. Oleme väga palju kirju välja saatnud, aga vastuseid saab vähe." Tarbekunstitoas valminud esemete eest saab klientidele tasu maksta siis, kui keegi on tooted ära ostnud. Sinnamaani aga on vast olulisemgi koostegutsemise võimalus, oma kätega millegi loomine, töö, mis ise kiidab tegijat.

Tallinna linna teenusena pakutakse Merimetsa Tugikeskuse ruumides dementsuse sündroomiga eakate inimeste päevaholdusteenust, mida Saima Kalgan peab väga vajalikuks ja perspektiivikaks: „Arenenud riikides on igas linnaosas selline päevakeskus, meil Tallinnas on neid kolm.“

Meeskonnast

Seaduse järgi vajatakse iga kümne kliendi kohta ühte tegevusjuhendajat, kes on omandanud sotsiaalerihariduse või läbinud 260-tunnise täiendõpe Tervise Arengu Instituudis. Lisaks peaks ta valdama konkreetseid tööoskusi ja -teadmisi. "Huvitav on see, et ehkki praegu valitseb tööpuudus, on sobivate teadmiste ja oskustega töötajaid raske leida," märgib Saima Kalgan.

Ehkki töö pole kergete killast, on tugikeskuse personal üllatavalt stabiilne. Enamik uusi töötajaid on tulnud nende asemele, kes juba pensionile läinud. "Kui inimene tahab tööle tulla, siis kirjeldan täpselt, milline see töö on," jutustab Saima Kalgan. "Ma ei hakka midagi ilustama, ütlen kohe, et konti see töö ei murra, aga vaimu väsitab küll kõvasti. Töötaja peab oskama vajadusel ka ennast kehtestada, muidu hakkavad kliendid teda ära kasutama." Ilmselt on tugikeskusesse leitud tööle õiged inimesed, ja nende töö on väga tänuväärne.



Merimetsa Tugikeskus

Aadress: Merimetsa tee 1, Tallinn, 10614

Koduleht: www.merimetsa.ee

E-post: info@merimetsa.ee

Tegevjuht: Saima Kalgan

POOD: avatud E-R 10.00-16.00



Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuses (Endla 59) pakutav huvi- ja sporditegevus

Avalik internetipunkt – E-R kella 10–18; tugiisik Aron Urb; info tel: 656 4048

Puuetega inimeste arvutiõppe kursused

kontaktisik Ian Oja;
huvilistel registreeruda tel 656 4048 või
arvutiklass@tallinnakoda.ee

Kundalini jooga – E kell 10–11.45; juhendaja Lilia Del Rio

Hatha jooga – E kell 18–19.30 ja N kell 14.30–16.00;
juhendaja Mare Kingo

Line-tants AB tund – E kell 16–17; juhendaja Kaie

Segeer Line-tants – E kell 17–18; juhendaja Kaie

Segeer Line – tants ratastooli kasutajatele – E kell 18–19;
juhendaja Kaie Segeer

Line-tants edasijõudnutele – E kell 19–20,
juhendaja Kaie Segeer

Puuetega inimeste loomingulise avardumise kursus –

K 15.00–17.30; registreerimine tel 656 4048 või
koda@tallinnakoda.ee; juhendajad Kauri Kallas ja Hemmelin Malken

Grossing liikumispuudega lastele – T kell 15.30–17; kontaktisik Rita
Gorushkina eelregistreerimine tel 55 48 505 või ritasport@hot.ee

Bailatino – T kell 18–19;

juhendaja Airi Juur; eelregistreerimine tel 511 8776

Male – 2 x kuus laupäeviti kella 12–15 Valjo Rattasepa juhendamisel;
kontaktisik Rita Gorushkina eelregistreerimine tel 554 8505 või
ritasport@hot.ee

Boccia – 2 x kuus laupäeviti kella 12–14; kontaktisik Rita Gorushkina
eelregistreerimine tel 55 48 505 või ritasport@hot.ee

Täpsema info: tel 656 4048 või e-posti aadressil: koda@tallinnakoda.ee



Toeta puuetega inimeste kunstitegevust!

Tallinna Puuetega Inimeste Koda kutsub teid üles ostma postkaarte, millest saadud tulu läheb puuetega inimestele suunatud kunstitegevuste läbiviimiseks.

Postkaardid on saadaval nii eesti kui ka ingliskeelse tekstiga. Ühe postkaardi maksumus on 10 krooni.

Kaarte saab osta: Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskus, Endla 59

läbi lõkkesõu
hommikusse
kastest heinast järveni
pimedaks ei läinudki

meie maikuu
tekst ja pilt: maarja urb

puuetega inimeste kunstitegevuse heaks | www.tallinnakoda.ee



INVAMESS 2010

1.-2.oktoober 2010

Tallinna Puuetega Inimeste Tegevuskeskuses, Endla 59

Vaata lähemalt:

www.tallinnakoda.ee

Invamess 2010 läbiviimist toetavad:
Tallinna Linnavalitsus ja Hasartmängumaksu Nõukogu

